

**PEMANFAATAN PANGAN LOKAL SEBAGAI SUMBER  
PEMENUHAN GIZI ANAK USIA DINI DI DUSUN NDEWEL  
KECAMATAN MBELILING KABUPATEN MAGGARAI  
BARAT**



**OLEH :**

**ANISA FIKRIYANI**  
**NIM. 180.110.089**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN ISLAM ANAK USIA DINI  
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MATARAM  
MATARAM**

**2022**

**PEMANFAATAN PANGAN LOKAL SEBAGAI SUMBER  
PEMENUHAN GIZI ANAK USIA DINI DI DUSUN  
NDEWEL KECAMATAN MBELILING KABUPATEN  
MAGGARAI BARAT**

**Skripsi**

**Diajukan Kepada Universitas Islam Negeri Mataram Untuk  
Melengkapi Persyaratan Mencapai Gelar Sarjana  
Pendidikan**



**OLEH :**

**ANISA FIKRIYANI**  
**NIM. 180.110.089**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN ISLAM ANAK USIA DINI  
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MATARAM  
MATARAM**

**2022**

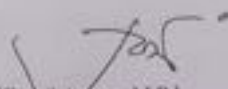
### PERSETUJUAN PEMBIMBING


Skripsi oleh: Anisa Fikriyani, Nim: 180110089 dengan judul "Pemanfaatan Pangan Lokal Sebagai Sumber Pemenuhan Gizi Anak Usia Dini Di Dusun Ndelwel Kecamatan Mbeliling Kabupaten Manggarai Barat" telah memenuhi syarat dan disetujui untuk diuji



Disetujui pada tanggal 31 Mei 2022

Perpustakaan UIN Mataram  
Pembimbing I, Pembimbing II,

  
Khairil Anwar, M.Pd  
NIP. 197812312014121004

  
Yuga Anggana Sosani, M.Sn  
NIP. 198808152019031008

NOTA DINAS PEMBIBING

Mataram, April 2022

Hal: Ujian Skripsi

Yang Terhormat

Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan  
di Mataram

*Assalamu'alaikum, Wr. Wb.*

Dengan hormat, setelah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi, kami berpendapat bahwa skripsi saudara

Nama Mahasiswa : Anisa Fikriyani

Nim : 180110089

Jurusan : PIAUD

Judul : **Uji Keefektifan Program Lokal Sebagai Sumber Pemenuhan Gizi Anak Usia Dini di Dusun Ndewel Kec. Mbeliling Kab. Manggarai Barat**

Perpustakaan UIN Mataram

Telah memenuhi syarat untuk diajukan dalam sidang musyawarah Skripsi Fakultas Tarbiyah Dan Keguruan UIN Mataram. Oleh karena itu, kami berharap agar skripsi ini dapat segera di-musyawarah-kan.

*Wassalamu'alaikum, Wr. Wb.*

Pembimbing I,

  
Khairil Anwar, M.Pd.  
NIP. 197812312014121004

Pembimbing II,

  
Yana Anggana Sosani, M.Sn  
NIP. 198808152019031008

## PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Anisa Fikriyani

Nim : 180110089

Jurusan : Pendidikan Islam Anak Usia Dini

Fakultas : Tarbiyah Dan Keguruan

Menyatakan bahwa skripsi dengan judul "Pemanfaatan Pangan Lokal sebagai sumber Pemenuhan Gizi Anak Usia Dini di Dusun Ndewel Kecamatan Mbeliling Kabupaten Mangarai Barat" ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian/karya sendiri, kecuali pada bagian-bagian yang dirujuk sumbernya, jika saya terbukti melakukan plagiat tulis/karya tulis orang lain, siap menerima sanksi yang telah ditentukan oleh lembaga.

Perpustakaan UIN Mataram

Mataram, 5 Mei 2022

Saya Menyatakan



Anisa Fikriyani

**PENGESAHAN**

Skripsi oleh : Anisa fikriyani, Nim: 180110089 dengan judul "pemanfaatan pangan lokal sebagai sumber penemuan gizi anak usia dini di dalam ndewel kecamatan mbeling kabupaten manggarai barat," telah dipertaharkan di depan Dewan Penguji Jurusan Pinaud Fakultas Tarbiyah Dan Keguruan UIN Mataram pada tanggal: 04 Juni 2021.

Dewan penguji

Khairi Anwar, M.Pd  
(Ketua Sidang/Pem. I)

Yuni Anugraha Susanto, M.Sn  
(Sekertaris Sidang/Pem. II)

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
MATARAM  
Dr. Zamrudin, M. Ag  
(Penguji I)

Muzal, M. Ag  
(Penguji II)

Perpustakaan UIN Mataram

Mengetahui,

Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan

UIN Mataram

Dr. Juntasari, M.H.I

NIP. 49761231120025011006

## MOTTO

إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا

بِأَنفُسِهِمْ

Artinya : “*Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum sebelum mereka mengubah keadaan diri mereka sendiri*”

(Q.S Ar-Ra’ad: 11)

Perpustakaan UIN Mataram

## PERSEMBAHAN

*“Kupersembahkan skripsi ini untuk kedua orang tua yang aku sayangi yaitu ibuku siti edan dan bapakku Ahmat Sehadu yang selalu memberikan kasih sayang tak terhingga dan tak pernah berhenti mendoakan inuk sepanjang waktu, Almamaterku UIN Mataram serta untuk semua dosenku, Buat abangku tersayang Arief hidayat yang selalu memberi dukungan, Buat adik-adikku tersayang Irfan, Iksan dan Azam beserta keluarga besar empo robong yang selalu memberi semangat, Kepada sahabat-sahabatku dan orang terdekaku.”*



## KATA PENGATAR

Allhamdulillah segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan segala rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal skripsi dengan judul **“Pemanfaatan Pangan Lokal Sebagai Sumber Pemenuhan Gizi Anak Usia Dini di Dusun Ndwel Kec. Mbeliling Kab. Manggarai barat”**. Skripsi ini diajukan sebagai salah satu syarat dalam menempuh sidang skripsi guna memperoleh gelar Sarjana Pendidikan S1 Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Mataram. Pada kesempatan ini dengan ketulusan hati yang paling dalam mengucapkan terima kasih yang begitu besar kepada:

1. Bapak Khairil Anwar, M.Pd. selaku pembimbing I dan bapak Yuga Anggana Sosani, M.Sn. sebagai pembimbing II yang memberikan bimbingan, motivasi, dan koreksi mendetail, terus-menerus dan tanpa bosan di tengah kesibukannya dalam

suasana keakraban menjadikan proposal skripsi ini menjadi lebih baik dan bermanfaat.

2. Ibu Nani Husnaini, M.Pd. sebagai Ketua Jurusan Program Studi Pendidikan Islam Anak Usia Dini Universitas Islam Negeri Mataram yang telah memberikan banyak motivasi, dan memberikan saran untuk menjadikan proposal skripsi ini.
3. Dr. Jumarim, M.Pd selaku Dekan Fakultas Tarbiyah Dan Keguruan (FTK) UIN Mataram.
4. Prof. Dr. H. Masnun, M.Ag. selaku Rektor UIN Mataram yang telah memberikan apresiasi dalam kelancaran pembuatan skripsi.
5. Bapak dan Ibu Dosen Pendidikan Islam Anak Usia Dini UIN Mataram yang telah memberikan banyak motivasi dan ilmu pengetahuan dalam kelancaran dan penyelesaian proposal skripsi ini.
6. Orang tua yang selalu membimbing dan memberikan dorongan semangat dalam menyelesaikan proposal skripsi ini.

7. Kepada semua Teman-teman, dan Kakak yang selalu memberi dukungan serta meluangkan waktu untuk membantu dalam proses penyelesaian proposal skripsi ini.

Semoga amaal kebaikan dari berbagai pihak tersebut mendapat pahala yang berlimpat-ganda dari Allah SWT. Dan semoga proposal skripsi ini bermanfaat bagi semesta. Amin.

**Mataram, 22Maret 2022**

**Penulis,**

**Anisa Fikriyani**  
**NIM: 180110089**

**Perpustakaan UIN Mataram**

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN SAMPUL</b> .....	<b>i</b>
<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	<b>ii</b>
<b>HALAMAN LOGO</b> .....	<b>iii</b>
<b>PERSETUJUAN PEMBIMBING</b> .....	<b>iv</b>
<b>NOTASI DINAS</b> .....	<b>v</b>
<b>PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI</b> .....	<b>vi</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	<b>vii</b>
<b>HALAMAN MOTTO</b> .....	<b>viii</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN</b> .....	<b>ix</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>x</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>xi</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xiii</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>xiv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	4
C. Tujuan dan Manfaat Penelitian .....	4
D. Ruang Lingkup dan <i>Setting</i> Penelitian .....	5
E. Telaan Pustaka .....	6
F. Kerangka Teori.....	10
1. Pengertian Pangan Lokal dan Bahan Makanan.....	10
a. Pengertian Pangan.....	10
b. Pangan Lokal.....	11
c. Bahan Makanan.....	12
d. Jenis-jenis Pangan Lokal.....	14
e. Fungsi Pangan .....	19
f. Tujuan Pangan.....	20
g. Manfaat Pangan.....	21
2. Faktor Pendukung dan Penghambat Pemeberian Makanan Anak. 23	
3. Upaya Masyarakat dalam Mengolah Pangan Lokal.....	25
4. Pemenuhan Zat Gizi Anak .....	27
a. Pengertian Gizi.....	27
b. Gizi untuk anak .....	30

c.	Gizi seimbang terhadap anak usia 2-5 tahun.....	34
d.	Menu Makanan Sehat.....	35
e.	Kartu Menuju Sehat .....	37
f.	Faktor yang Mempengaruhi Gizi .....	38
g.	Pemenuhan Gizi Untuk Anak.....	39
G.	Metode Penelitian .....	42
1.	Pendekatan penelitian.....	42
2.	Kehadiran peneliti .....	42
3.	Lokasi penelitian.....	43
4.	Sumber data.....	43
5.	Prosedur pengumpulan data .....	44
6.	Teknik analisis data.....	46
7.	Pengecekan keabsahan data .....	47
H.	Sistematika Pembahasan .....	49
	<b>BAB II PAPARAN DATA DAN TEMUAN .....</b>	<b>50</b>
A.	Gambaran umum lokasi penelitian.....	50
B.	Deskripsi penelitian.....	55
1.	Pemanfaatan pangan lokal sebagai sumber pemenuhan gizi anak usia dini di dusun ndewel kecamatan Mbeliling kabupaten Manggarai barat.....	56
2.	Jenis pangan lokal apa saja sebagai sumber pemenuhan gizi anak usia dini di dusun ndewel kecamatan Mbeliling kabupaten Manggarai barat.....	59
	<b>BAB III PEMBAHASAN .....</b>	<b>63</b>
A.	Pemanfaatan pangan lokal sebagai sumber pemenuhan gizi anak usia dini di dusun ndewel kecamatan Mbeliling kabupaten Manggarai barat.....	63
B.	Jenis pangan lokal apa saja sebagai sumber pemenuhan gizi anak usia dini di dusun ndewel kecamatan Mbeliling kabupaten Manggarai barat.....	66
C.	Pemenuhan kebutuhan gizi anak melalui pemanfaatan pangan lokal di dusun ndewel kecamatan mbeliling	

kabupaten manggarai barat.....	75
<b>BAB IV PENUTUP .....</b>	<b>76</b>
A. Kesimpulan.....	76
B. Saran .....	77
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>.....</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>.....</b>



Perpustakaan UIN Mataram

## DAFTAR TABEL

- Tabel 1 Sarana dan Prasarana Dusun Ndewel
- Tabel 2 Jumlah Penduduk Dusun Ndewel
- Tabel 3 Jumlah Anak Yang Berusia 2-4 Tahun di Dusun Ndewel
- Tabel 4 Data Anak dan Orang Tua yang Akan diwawancara



Perpustakaan UIN Mataram

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Pedoman Observasi
Lampiran 2	Kisi-Kisi Observasi
Lampiran 3	Hasil Wawancaranya
Lampiran 4	Dokumentasi Kegiatan



Perpustakaan UIN Mataram



**PEMANFAATAN PANGAN LOKAL SEBAGAI SUMBER  
PEMENUHAN GIZI ANAK USIA DINI DI DUSUN  
NDEWEL KECAMATAN MBELILING KABUPATEN  
MANGGARAI BARAT**

**Oleh:**

**Anisa fikriyani**

**180110089**

**Abstrak**

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh pemanfaatan pangan lokal sebagai sumber pemenuhan gizi anak usia dini di Dusun Ndwel Kecamatan Mbeliling Kabupaten Manggarai Barat, karena orang tua masih menyediakan pangan lokal yang ada di daerah itu sendiri sebagai makanan tambahan.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pemanfaatan pangan lokal sebagai sumber pemenuhan gizi anak usia dini dan untuk mengetahui jenis pangan lokal apa saja sebagai sumber pemenuhan gizi anak usia dini di Dusun Ndwel Kecamatan Mbeliling Kabupaten Manggarai Barat.

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif deskriptif yang melibatkan orang tua, kader posyandu, kepala dusun, dan bidan di Dusun Ndwel. Data yang dikumpulkan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Data dianalisis dengan menggunakan cara reduksi data, data display, dan penarikan kesimpulan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dalam memanfaatkan pangan lokal sebagai sumber pemenuhan gizi anak usia dini yaitu

orang tua maupun kader posyandu mengetahui manfaat yang terdapat dalam pangan lokal dan mengetahui jenis-jenis pangan lokal.

**Kata Kunci:** Pangan Lokal, Gizi Anak Usia Dini



Perpustakaan UIN Mataram

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Pangan lokal merupakan pangan yang diproduksi dan dikembangkan sesuai dengan potensi dan sumber daya wilayah setempat. Oleh karena itu jenis, jumlah serta kualitas produk pangan lokal akan sangat tergantung pada kondisi spesifik yang ada pada wilayah tersebut. Kondisi ini bukan hanya kesesuaian lahan, sifat tanah, iklim dan aspek budi daya yang mempengaruhi, tetapi juga kondisi sosial, ekonomi dan budaya masyarakat tersebut.

Suhardi menyatakan bahwa pangan lokal mempunyai keunggulan dari segi kualitas, kuantitas dan juga fungsi untuk kelestariannya. Pangan lokal biasanya juga sedikit ketergantungan terhadap penggunaan tambahan dengan menggunakan gula untuk dapat dikonsumsi dengan rasa manis dan rasa khasnya yang sudah tidak terlalu banyak

karena sudah ditambah dengan berbagai rasa, sehingga tidak memerlukan zat pewarna dan pengawet.<sup>1</sup>

Menurut Suryana dengan pangan dan gizi yang cukup, serta kemampuan rumah tangga untuk mengolah dan mengkonsumsi agar menjaga perawatan kesehatan yang baik, karena setiap individu akan mempunyai status gizi yang baik untuk membentuk sumber daya manusia yang berkualitas dan produktif. Sumber daya manusia (SDM) yang berkualitas merupakan kunci bagi produktivitas nasional dan bagi penguatan daya saing bangsa Indonesia di bidang ekonomi maupun sosial di era globalisasi yang semakin kompetitif. Masalah pangan dan gizi sangat berkaitan erat, karena gizi seseorang sangat tergantung pada kondisi pangan yang dikonsumsi. Masalah pangan antara lain menyangkut ketersediaan pangan dan kerawanan konsumsi pangan yang dipengaruhi oleh kemiskinan, rendahnya pendidikan, dan adat kepercayaan yang terkait dengan jenis makanan.

---

<sup>1</sup> Pujiati Utami, Sulistyani Budiningsih. “Potensi dan Ketersediaan Bahan Pangan Lokal Sumber Karbohidrat Non Beras di Kabupaten Banyumas”. *Jurnal Dinamika Ekonomi & Bisnis*, Vol. 12 No. 2 Oktober 2015. hlm 152

Sementara permasalahan gizi tidak hanya terbatas pada kondisi kekurangan gizi, melainkan juga kecakupan kondisi kelebihan gizi.<sup>2</sup>

Gizi merupakan rangkaian proses secara organik makanan yang di cerna oleh tubuh untuk memenuhi kebutuhan pertumbuhan dan fungsi normal organ, serta memepertahankan kehidupan seseorang. Gizi di Indonesia sangat berkaitan erat dengan pangan, yaitu segala bahan yang dapat digunakana sebagaia makanan. Makanan adalah bahan yang mengandung zat-zat gizi dan unsur-unsur ikatan kimia yang dapat direaksikan oleh tubuh menjadi suatu zat gizi yang diperlukan oleh tubuh untuk mendapatkan energi<sup>3</sup>

Menurut Rusilanti kesehatan anak perlu diperhatikan sejak dini, karena kesehatan pada anak sangat penting dalam mendapatkan nutrisi yang baik, sehingga akan tumbuh menjadi manusia yang berkualitas di masa depan. Dalam zat gizi tersebut sangat berfungsi terhadap anak untuk

---

<sup>2</sup> Ahmad Suhaimi, DEA. Pangan, Gizi, Dan Kesehatan. (Yakyakarta: Cv Budi Utama, 2019), hlm. 7-8

<sup>3</sup> Wafa Aerin, "Pemenuhan Gizi Anak Melalui Program Makan Sehat di Tk Irsyad Al Islamiyyah Purwokerto", (*skripsi*, FTIK IAIN Purwokerto, 2019), hlm. 1-2.

mendapatkan energi. Kebutuhan gizi anak merupakan perkiraan jumlah yang dibutuhkan untuk memelihara kesehatan secara umum. Kebutuhan gizi anak harus sesuai dengan usia, jenis kelamin, berat badan, dan tinggi badan. Sehingga, status gizi yang baik akan terlihat dari asupan yang diterima anak. Gizi yang diperoleh anak dari pemberian makanan sehari-hari mempunyai peranan yang sangat penting dalam pertumbuhan anak saat ini dan masa yang akan datang. Pangan merupakan kebutuhan pokok bagi kehidupan manusia dengan berbagai jenis makanan yang dikonsumsi dan bentuk olahannya. Penyediaan makanan untuk anak tergantung pada penyusunan menu, seorang anak memiliki nafsu makannya yang terbentuk dari kebiasaan-kebiasaan yang ada di sekitarnya. Dalam pembentukan pola makan sehat terdapat tiga faktor pendukung utama yaitu orang tua, anak, dan lingkungan termasuk lingkungan sekolah.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan di Dusun Ndewel Kec. Mbeliling Kab. Manggarai Barat. Potensi

makanan lokal sangat tersedia dan tercukupi sebagai menu asupan dalam keluarga, Namun belum seutuhnya dimanfaatkan sebagai makanan penyeimbang. Oleh karena itu, diharapkan dapat memaksimalkan pemenuhan gizi yang baik bagi anak, sehingga mampu memenuhi aspek-aspek tumbuh kembang anak. Pertumbuhan anak dalam pemberian makanan yang sehat sangat penting bagi fisik, karena makanan yang sehat mempunyai gizi yang cukup bagi tubuh anak dan makanan yang diperoleh merupakan sumber utama dalam memenuhi tumbuh kembang secara maksimal sehingga mencapai kesehatan yang paripurna.

Berdasarkan uraian di atas peneliti mengangkat judul **“Pemanfaatan Pangan Lokal Sebagai Sumber Pemenuhan Gizi Anak Usia Dini di Dusun Ndevel Kec. Mbeliling Kab. Manggarai Barat”**. Dengan demikian dapat meningkatkan penyediaan makan yang sehat oleh orang tua dalam mencukupi kebutuhan anak dan keluarga, dengan memperkaya pengetahuan tentang bahan makanan yang sehat dengan memanfaatkan pangan lokal.

## **B. Rumusan Masalah**

1. Bagaimana pemanfaatan pangan lokal sebagai sumber pemenuhan gizi AUD di Dusun Ndewel Kec. Mbeliling Kab. Manggarai barat?
2. Jenis pangan lokal apa saja sebagai sumber pemenuhan gizi AUD di Dusun Ndewel Kec. Mbeliling Kab. Manggarai Barat?

## **C. Tujuan dan Manfaat Penelitian**

1. Tujuan penelitian
  - a. Untuk mengetahui pemanfaatan pangan lokal sebagai sumber pemenuhan gizi AUD di Dusun Ndewel kec. Mbeliling kab. Manggarai Barat
  - b. Untuk mengetahui jenis pangan lokal apa saja sebagai sumber pemenuhan gizi AUD di Dusun Ndewel Kec. Mbeliling Kab. Manggarai Barat
2. Manfaat penelitian
  - a. Dari hasil penelitian diharapkan dapat membantu serta menambah wawasan bagi peneliti dan pembaca dalam



mengembangkan sebuah pemikiran yang diharapkan dapat memperkaya ilmu pengetahuan .

- b. Dari hasil penelitian diharapkan dapat menjadi bahan informasi bagi peneliti lain dalam melakukan penelitian secara lebih mendalam yang berkaitan dengan Pemanfaatan Pangan Lokal Sebagai Sumber Pemenuhan Gizi Anak Usia Dini di Dusun Ndewel Kec. Mbeliling Kab. Manggarai Barat.

#### **D. Ruang Lingkup dan *Setting* Penelitian**

##### 1. Ruang lingkup penelitian

Dilihat dari luasnya pembahasan yang terkandung di dalam penelitian, maka peneliti memfokuskan permasalahan pada anak usia 2-4 tahun agar pembahasan lebih spesifik, pembahasan ini bertujuan agar dalam penelitian selanjutnya menjurus terhadap permasalahan-permasalahan yang terperinci sesuai dengan tujuan yang hendak dicapai. Adapun batasan penelitian ini yaitu :

- a. Pangan lokal sebagai sumber pemenuhan gizi AUD di dusun Ndewel Kec. Mbeliling Kab. Manggarai Barat

- b. Jenis pangan lokal apa saja sebagai sumber pemenuhan gizi AUD di dusun Ndewel Kec. Mbeliling Kab. Manggarai Barat.

## 2. *Setting* penelitian

Penelitian ini dilakukan di Dusun Ndewel Kec. Mbeliling Kab. Manggarai Barat. Adapun peneliti memilih lokasi ini sebagai tempat penelitian karena di Dusun ini masih tersedia makanan dari alam untuk dapat dikelola sebagai makanan utama selain nasi, yang dimana masyarakat pedesaan dapat mengolah pangan lokal ini dengan bentuk dan variasi yang berbeda dan menghasilkan cita rasa yang bermanfaat untuk pertumbuhan anak serta para orang tua. Di Dusun ini juga memiliki tanah yang amat subur untuk menanam berbagai jenis pangan lokal oleh masyarakat, baik itu petani maupun yang berpendidikan tinggi. Sehingga dapat memanfaatkan lahan yang kosong untuk menanam beraneka jenis pangan lokal yang akan bermanfaat untuk masyarakat, khususnya untuk anak usia dini.

## E. Telaah Pustaka

Selain mengumpulkan informasi dari buku-buku yang berkaitan dengan pemanfaatan pangan lokal sebagai sumber pemenuhan gizi anak usia dini. Peneliti juga menggali informasi dari skripsi dan jurnal terdahulu agar dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan untuk menghindari terjadinya pengulangan hasil temuan yang sama, maka dari itu peneliti melakukan telaah pustaka mengenai beberapa tema yang diangkat diantaranya yaitu:

1. Inggit Dwi Lestari dalam skripsinya yang berjudul “Upaya Pembiasaan Mengonsumsi Makanan sehat melalui Variasi Kudapan Sehat pada Anak kelas kecil Di Playgroup Milas”, Tahun 2012. Pada skripsi ini peneliti Menggunakan penelitian tidak kelas (PTK). Penelitian ini juga bermanfaat dalam memberikan kebiasaan makanan sehat yang dikonsumsi oleh peserta didik di Playgroup Milas, serta tanggapan mereka dalam menerima pemberian variasi kudapan sehat. Untuk mengetahui kebiasaan makanan sehat yang dikonsumsi dapat dilakukan dengan

memperkenalkan macam-macam makanan melalui pelaksanaan siklus 1 agar mengetahui bentuk makanan yang sehat untuk anak.<sup>4</sup> Letak persamaannya adalah sama-sama berkaitan dengan pemberian makanan sehat pada anak. Adapun perbedaan dalam penelitian ini peneliti lebih menekan pada pembiasaan mengkonsumsi makanan sehat melalui variasi kudapan sehat sedangkan dalam penelitian ini yaitu lebih menekankan pemanfaatan Pangan Lokal sebagai Pemenuhan Gizi Anak usia dini di Dusun Ndwel Kec. Mbeliling Kab. Manggarai Barat.

2. Ismi Maulida Yulianti dalam skripsi yang berjudul “Pemahaman Orangtua tentang pemenuhan gizi anak melalui bekal makanan di kelompok Bermain Manda”, Tahun 2019. Pada penelitian ini memiliki dua hasil yaitu Kegiatan di kelompok bermain manda melalui pemberian bekal makanan agar pemenuhan gizi baik. Dapat dilihat melalui jenis-jenis bekal makanan yang mempunyai

---

<sup>4</sup> Inggit Dwi Lestari, “Upaya Pembiasaan Mengkonsumsi Makanan Sehat Melalui Variasi Kudapan Sehat Pada Anak Kelas Kecil Di Playgroup Milas”, (*Skripsi*, Fakultas Teknik Universitas Negeri Yogyakarta, 2012), hlm. Vi.

kandungan pedoman empat sehat lima sempurna, yang terdiri dari karbohidrat, protein, vitamin, dan mineral. Sehingga kebutuhan gizi anak di kelompok bermain mandu cukup baik, dan guru memiliki kreatif dalam memberikan bekal makanan pada anak di kelompok bermain mandu. Kemudian kesadaran dari orang tua dalam mendukung tumbuh kembang yang optimal untuk anak sangat di butuhkan, dengan pemahaman orang tua mengenai pemberian bekal makanan dan pengecekan pemenuhan gizi melalui kerja sama dengan pihak puskesmas kesehatan anak dengan baik. Orang tua dan guru memiliki kendala yang berbeda-beda dalam memberikan gizi pada anak.

Adapun persamaan yang diteliti yaitu tentang pemberian makanan sebagai pemenuhan gizi pada anak dan memiliki perbedaan yang terdapat pada pola makanan yang di sediakan. Dalam penelitian ini yaitu lebih menekankan Pemanfaatan pangan lokal sebagai

pemenuhan gizi AUD di Dusun Ndewel Kec. Mbeliling Kab. Manggarai Barat.<sup>5</sup>

3. Adi Sumarsosno, dkk dalam jurnalnya yang berjudul “Program Kemitraan Masyarakat: Pemanfaatan pangan lokal sebagai sumber asupan gizi bagi balita prasejahtera daerah perbatasan di Kabupaten Merauke”. Kegiatan kemitraan masyarakat ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan, pemahaman, dan keterampilan langsung kepada warga prasejahtera khususnya di daerah perbatasan daerah republik indonesia atau papua new guinea dalam mengelolah dan memanfaatkan pangan lokal sebagai sumber asupan gizi. Hasil penelitian pada kegiatan kemitraan masyarakat telah berhasil meningkatkan pengetahuan dan kepedulian orang tua dari keluarga prasejahtera terhadap kebutuhan asupan gizi putra putrinya, dan meningkatkan keterampilan warga dalam menanam komoditas pangan lokal dengan

---

<sup>5</sup> Ismi Maulida Yulianti, “Pemahaman Orangtua Tentang Pemenuhan Gizi Anak Melalui kegiatan Lunch Box di Kelompok Bermain manda”, (*Skripsi*, FTK Universitas Negeri Walisongo, Semarang 2019), hlm.Vi

memanfaatkan pengurangan rumah. Peningkatan dapat dilihat dari hasil kreativitas warga dalam membuat kreasi makanan sesuai dengan konsep kecukupan gizi menggunakan pangan lokal. Letak persamaannya adalah sama-sama memanfaatkan pangan lokal sebagai sumber asupan gizi pada anak maupun keluarga. Namun perbedaannya terdapat pada *setting* penelitian<sup>6</sup>

4. Maria Sambriang dalam jurnal yang berjudulnya “Peningkatan status gizi anak melalui pendekatan pemberdayaan keluarga dalam memanfaatkan pangan lokal.” Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pemberdayaan keluarga dalam memanfaatkan pangan lokal terhadap peningkatan status gizi anak. Penelitian ini terdapat perbedaan pengetahuan keluarga terhadap perilaku memberikan makanan pangan lokal tentang gizi anak.

---

<sup>6</sup> Adi Sumarsosno, dkk. “Program Kemitraan Masyarakat: Pemanfaatan pangan lokal sebagai sumber asupan gizi bagi balita prasejahtera daerah perbatasan di Kabupaten Merauke”, jurnal pengabdian pada masyarakat: vol 5 (3): 258-265. November 2019

Adapun perbedaannya terletak pada *setting* penelitian dan metode penelitian.<sup>7</sup>

5. Muhammad Kasim Aidid yang berjudul “Pengaruh pemberian pola makanan sehat terhadap status gizi anak didik di TK Bunga Asya”. Hasil yang diperoleh memperlihatkan bahwa ada pengaruh positif penerapan pola makanan sehat terhadap berat dan tinggi badan anak didik di TK Bunga Asya Tamalanrea Makassar. Secara umum terdapat persamaan objek yang diteliti yaitu mengenai makanan untuk meningkatkan status gizi pada anak, sedangkan perbedaan terdapat pada program dan pola makan yang diterapkan dan *setting* penelitiannya.<sup>8</sup>

---

<sup>7</sup> Maria Sambriang, “Peningkatan status gizi anak melalui pendekatan pemberdayaan keluarga dalam memanfaatkan pangan lokal”, Kupang: Jurnal Kesehatan Primer, Vol 6, No 1 Mei pp. 53

<sup>8</sup> Muhammad Kasim Aided, dkk, “Pengaruh Pemberian Pola Makanan Sehat Terhadap Status Gizi Anak Didik TK Bunga Asya, Jurnal Scientific Pinisi, 2017, Vol. 3, Nomor. 1, (17-26), hlm. 17.



## **F. Kerangka Teori**

### **1. Pengertian pangan lokal dan bahan makanan**

#### **a. Pengertian pangan**

Undang-undang No. 18 tahun 2012 tentang pangan menjelaskan bahwa pangan merupakan kebutuhan dasar manusia yang paling utama dan pemenuhannya merupakan bagian dari hak asasi manusia yang dijamin di dalam undang-undang dasar Republik Indonesia tahun 1945 sebagai komponen dasar untuk mewujudkan sumber daya manusia yang berkualitas. Negara berkewajiban mewujudkan ketersediaan, keterjangkauan dan pemenuhan konsumsi pangan yang cukup, aman, bermutu, dan bergizi seimbang, baik pada tingkat nasional maupun daerah hingga secara perorangan secara merata di seluruh wilayah NKRI sepanjang waktu dengan memanfaatkan sumber daya, kelembagaan dan budaya lokal. Di dalam UU tersebut juga menjelaskan bahwa Negara dengan jumlah penduduk yang besar dan di sisi lain memiliki

sumber daya alam dan sumber pangan yang beragam, Indonesia mampu memenuhi kebutuhan pangannya secara berdaulat dan mandiri.<sup>9</sup>

Menurut Ruslianti bahwa makanan adalah kebutuhan terpenting dalam kehidupan manusia, dengan berbagai jenis makanan yang diperoleh dan bentuk pengolahannya. Digolongan masyarakat sering disebut dengan kebiasaan makan di masyarakat serta tempat tinggal anak. Makanan yang dikonsumsi oleh kelompok masyarakat tentunya akan menjadi pola makanan bagi anak-anak. Pemberian pola makanan juga berpengaruh terhadap penyediaan macam-macam makanan, karena seorang anak memiliki nafsu makan yang sesuai dengan pembentukan dari kebiasaan masyarakat dan orang tua dalam menyediakan makanan pada anak. Saat menyiapkan makanan untuk anak, hal ini perlu diperhatikan selain dari kebutuhan nutrisi agar anak tetap hidup sehat dan tumbuh

---

<sup>9</sup> Ahmad Suhaimi, DEA. *Pangan, Gizi, Dan Kesehatan*, (Yogyakarta: Cv Budi Utama, 2019), hlm. 7.

kembang sesuai dengan tahap perkembangannya. Kecukupan zat gizi tersebut dapat mempengaruhi kecerdasan anak, oleh sebab itu pengetahuan dalam mengolah makanan sangat penting untuk kesehatan anak.<sup>10</sup>

#### **b. Pengertian pangan lokal**

Pangan lokal adalah pangan yang diproduksi dan dikembangkan sesuai dengan potensi sumber daya wilayah dan budaya setempat. Pangan lokal ini yang sudah dikenal, mudah diperoleh, beragam jenisnya, bukan diimpor dan dapat diusahakan untuk memenuhi kebutuhan sendiri maupun dijual. Setiap daerah memiliki keunggulan pangan lokal yang berbeda sesuai dengan tingkat produksi dan konsumsi. Saat ini pangan lokal merupakan komoditi yang penting untuk dikembangkan dengan tujuan meningkatkan mutu dan citranya termasuk olahannya yang akan menghasilkan aneka produk olahan pangan lokal yang berkualitas.

---

<sup>10</sup> Rusilanti, dkk. *Gizi dan kesehatan anak pra sekolah*, (Bandung:PT Remaja Rosadakarya, 2015), hlm. 1.

Upaya pengembangan juga diharapkan akan meningkatkan konsumsi pangan lokal yang beragam dan memenuhi gizi.<sup>11</sup>

### c. Bahan makanan

Bahan makanan merupakan makanan yang masih dalam keadaan mentah, dalam bahasa Inggris hanya digunakan untuk satu kata untuk menyatakan kata makanan, pangan dan bahan makanan yaitu *food*.

Bahan makanan biasanya sering disebut sebagai bahan makan, yang dapat dijadikan berbagai macam olahan untuk membantu memenuhi kebutuhan sehari-hari. Seperti beras, ubi, daging, sayur, telur dan lainnya. Pada umum dalam makanan memiliki zat gizi atau *nutrient*, adapun macam-macam bahan makanan tersebut adalah:

#### 1) Makanan pokok

---

<sup>11</sup> Badan Bimnas Ketahanan Pangan. *Model Pemberdayaan Masyarakat Untuk Mewujudkan Ketahanan Pangan*, (Jakarta: Departemen Pertanian, 2004), hlm.7

Makanan pokok adalah sumber utama karbohidrat yang dibutuhkan oleh tubuh untuk menghasilkan tenaga dan energi. Adapun beberapa makanan yang mengandung karbohidrat yaitu: nasi, jagung rebus, roti gandum, kentang, nasi merah, kacang, ubi-ubian seperti singkong rebus atau goreng, ubi jalar rebus, kolak ubi, kolak singkong, bolu, bihun goreng, onde-onde.

## 2) Lauk pauk

Pada umumnya makanan ini adalah sumber utama protein di dalam hidangan yaitu protein hewani dan protein nabati. Jadi lauk pauk juga dapat tergolong hewan dan tergolong tumbuhan. Semua bahan pangan yang berasal dari termasuk lauk pauk, misalnya daging, ikan, telur dan sebagainya. Bahan pangan nabati termasuk termasuk lauk pauk yaitu jenis kacang-kacangan seperti kedelai, susu, telur dadar, telur rebus, ikan goreng, sup ayam.

### 3) Sayur dan buah

Kedua kelompok bahan tersebut termasuk bahan tumbuhan. Buah dan sayur umumnya adalah penghasil vitamin dan mineral. Ada beberapa jenis sayur dan buah yang menghasilkan energi dalam jumlah cukup banyak, seperti nangka muda dan sukun di jadikan sebagai sayur. Adapun salah satu buah yang banyak menghasilkan energi yaitu buah pisang, begitu juga dengan salo dan alpukat. Untuk energi didalam alpukat berasal dari lemak, kemudian buah lain yang telah disebutkan sebelumnya berasal dari karbohidrat.

Contoh makanan yang memiliki kandungan vitamin dan mineral adalah susu sapi, sereal, ikan sarden, susu kedelai, keju, bayam, brokoli, ubi jalar, sereal, biji bunga matahari, kentang, dan kacang kedelai.

Sedangkan makanan yang mengandung serat yaitu tumis wortel dan kentang, sayur bening

bayam, tumis kangkung, tumis buncis, pare, jus alpukat, jambu biji merah, apel, pepaya, mangga, nanas, kacang tanah, kacang almond, oatmeal dan roti gandum.

#### 4) Sumber Lemak

Menurut Merryana dan Bambang menjelaskan bahwa lemak digolongkan menjadi dua macam yaitu lemak nabati dan lemak hewani. Lemak nabati diperoleh dari bahan makanan yang berasal dari tumbuh-tumbuhan seperti keju, kacang tanah, selai kacang, dan coklat. Sementara lemak hewani diperoleh dari binatang, yang meliputi ikan, telur, dan susu. Namun, ada juga makanan memiliki kandungan lemak terdiri dari biskuit, sosis, mentega, yoghurt, telur, minyak ikan, sarden, dan keju.<sup>12</sup>

#### **d. Jenis-jenis pangan lokal**

---

<sup>12</sup> Lili Zuhaiha, "Pemberian Makanan Tambahan (PMT) pada Anak Kelompok A1 di PAUD Al-Qonita Palangkaraya", (*Skripsi*, Institute Agama Islam Negeri Palangka Raya, 2020), hlm. 21-23

Pangan lokal terdiri dari 7 jenis diantaranya sebagai berikut:<sup>13</sup>

1) Jagung (*Latung*)

Jagung merupakan salah satu tumbuhan yang dapat dijadikan sebagai bahan pangan, yang berupa biji-bijian dan banyak mengandung karbohidrat. Karbohidrat adalah gizi terpenting yang dibutuhkan manusia, karena dapat memberikan energi sehingga mampu melakukan aktivitas dengan baik. Selain sebagai sumber energi, jagung juga mengandung banyak protein dan nutrisi lain yang penting untuk membantu sistem kekebalan dalam tubuh seperti serat makanan, asam lemak esensial, berbagai jenis mineral, antosianin, beta-karoten (provitamin A), dan asam amino esensial. Oleh karena itu, jagung dijadikan sebagai makanan yang sehat karena dengan kandungan nutrisinya.

---

<sup>13</sup>[https://kksnaburajjua.wg.ugm.ac.id/wp-content/uploads/sites/1347/2020/08/Azka-Khansa-Hanifah\\_412202\\_Gizi-Kesehatan\\_SUBUNIT-2\\_booklet-pemanfaatan-dan-pengolahan-bahan-pangan-lokal-untuk-memaksimalkan-gizi-keluarga.pdf](https://kksnaburajjua.wg.ugm.ac.id/wp-content/uploads/sites/1347/2020/08/Azka-Khansa-Hanifah_412202_Gizi-Kesehatan_SUBUNIT-2_booklet-pemanfaatan-dan-pengolahan-bahan-pangan-lokal-untuk-memaksimalkan-gizi-keluarga.pdf). Diakses Tanggal 17 September 2021, Pukul 16:20



Serat makanan dalam jagung dapat menurunkan kadar kolesterol darah. Kolesterol adalah lemak yang membahayakan dalam organ kita, apabila kapasitasnya berlebihan akan menyebabkan kerusakan pada jantung dan pembuluh darah dalam tubuh. Pada saat yang sama vitamin A dan vitamin E yang dimiliki oleh jagung kuning dapat digunakan sebagai antioksidan alami. Antioksidan merupakan zat yang membantu sistem ketahanan tubuh kita agar mampu mencegah bakteri dan virus yang berbahaya masuk di dalam tubuh.

2) Ubi jalar (*Tete wase*)

Ubi jalar merupakan bahan makanan yang digunakan sebagai sumber energi dan lebih banyak mengandung karbohidrat, sehingga dapat dimanfaatkan sebagai makanan pokok. Ubi jalar ini memiliki rasa yang sangat manis dan mempunyai nutrisi yang terdiri dari protein, serat, lemak, berbagai mineral, vitamin A, vitamin B, vitamin C,

dan vitamin lainnya. Ubi jalar jenis ini juga mampu mencukupi penyediaan nutrisi untuk menjaga stamina tubuh, dengan zat yang diperoleh dari ubi jalar mampu mengurangi terjadinya penyakit, menghasilkan tenaga dalam melakukan aktivitas, mencegah virus dan bakteri, serta meningkatkan daya tahan tubuh. Ubi jalar merah-oranye menunjukkan kandungan *beta-karoten* yang lebih tinggi dibandingkan jenis ubi lainnya. *Beta karoten* merupakan zat yang membuat bentuk makanan tampak oranye alami, dengan demikian mampu mencegah terjadinya penyakit mata sehingga mata tetap sehat.

### 3) Labu kuning (*Ndisi*)

Labu kuning termasuk dalam kelompok buah-buahan dan merupakan satu-satunya yang awet atau tahan lama apabila disimpan pada tempat yang bersih dan kering. Labu ini memiliki rasa yang unik, tidak seperti buah lainnya, tidak terlalu manis

dan lebih membuat kenyang. Buah ini dapat diolah menjadi berbagai jenis makanan seperti sayur lodeh, sayur asem, sup, dodol, maupun manisan karena rasanya yang enak dan teksturnya lembut ketika dimakan. Labu kuning mengandung zat gizi yang banyak seperti serat, vitamin, mineral, dan juga air sehingga dapat bermanfaat bagi kesehatan. Labu kuning juga dikenal sebagai rajanya *beta-karoten* karena mengandung zat *beta-karoten* dalam jumlah yang banyak dan memiliki sifat antioksidan yaitu melindungi tubuh dari kerusakan dengan cara meningkatkan sistem kekebalan tubuh, serta melindungi dari kerusakan akibat sinar matahari yang terlalu banyak dan mencegah terjadinya penyakit jantung dan kanker.

#### 4) Kangkung (*Nggako*)

Kangkung merupakan sayuran yang dikonsumsi oleh semua masyarakat, hidup di daerah tropis dan subtropics. Kangkung ini

dikelompokkan kedalam famili *convolvulaceace* yang sering disebut sebagai kangkung-kangkungan, dengan batangnya yang lengket dan berlubang didalamnya. Kangkung dikenal dengan sayuran hijaunya yang kaya akan vitamin dan mineral, serta sangat mudah ditanam. Adapun bagian terpenting dari tanaman kangkung adalah batang dan pucuknya yang mudah dijadikan sebagai sayuran. Manfaat dari kangkung, yaitu memiliki kandungan zat besi yang ada di dalamnya untuk mencegah terjadinya anemia (kurang darah merah), sehingga menyebabkan lemah, lesu, dan pusing dengan cara menambahkan pembentukan sel darah merah, kandungan vitamin A, karote dan lutein dalam kangkung berguna sebagai obat yang menyelamatkan mata dan mencegah katarak (kondisi mata yang hampir buta karena lensa mata keruh atau buram), dan kandungan vitamin B kompleks dan omega 3 dalam kangkung mampu membantu kinerja otak

menjadi lebih baik. Sehingga kangkung sangat bagus dikonsumsi oleh anak-anak pada masa pertumbuhan dan perkembangannya, karena mampu meningkatkan kecerdasan pada otak anak.

#### 5) Kelapa (*Nio*)

Kelapa adalah buah dari tanaman tropis yang unik karena daging buahnya dapat langsung dimakan dan kandungan airnya dapat langsung diminum tanpa perlu diolah. Kelapa sudah sangat terkenal khasiatnya maupun rasanya yang nikmat. Daging dari buah kelapa ini biasanya dijadikan es yang segar dan jenis minuman lainnya. Selain enak dan menyegarkan, kelapa juga mengandung manfaat yang luar biasa bagi kesehatan, serta sangat baik untuk ibu yang sedang hamil. Buah dan air kelapa dapat menyembuhkan penyakit infeksi saluran kencing yaitu penyakit yang menyebabkan rasa sakit ketika buang air kecil. Air kelapa mengandung banyak mineral yang dapat mengatur

tekanan darah, mengobati cacangan, melawan virus penyebab penyakit, mengobati penderita demam berdarah, dan bermanfaat bagi janin jika dikonsumsi oleh ibu hamil.

#### 6) Pisang (*Muku*)

Pisang merupakan salah satu buah yang dikenal luas di Indonesia. Selain memiliki rasa yang enak, pisang mempunyai banyak manfaat bagi kesehatan untuk tubuh kita bagi yang mengkonsumsinya. Pisang banyak mengandung nutrisi, vitamin, dan mineral yang dapat meningkatkan imunitas atau kekebalan tubuh apalagi di masa pandemi seperti sekarang ini. Salah satu cara untuk meningkatkan konsumsi pisang adalah dengan melakukan diversifikasi olahan pisang menjadi produk makanan yang menarik, enak, dan bermanfaat. Prayudi mengatakan pengembangan produk olahan pisang dapat mendukung diversifikasi pangan lokal karena

Pisang merupakan salah satu bahan pangan alternative yang memenuhi kebutuhan kalori, selain dari ubi kayu, ubi jalar, keladi, kentang, sagu dan sebagiannya.<sup>14</sup>

#### 7) Singkong (*Tete Wogor*)

Singkong merupakan salah satu jenis umbi-umbian yang padat nutrisi. Singkong dapat diolah menjadi berbagai macam menu makanan, cemilan hingga bahan masakan, seperti tepung. Singkong juga mengandung beragam nutrisi seperti karbohidarat, serat, protein, gula hingga vitamin, termasuk vitamin A, vitamin B, dan vitamin C. Singkong baik dikonsumsi untuk memenuhi asupan sehari-hari atau sebagai pengganti nasi. Sehingga mampu membuat rasa kenyang lebih lama. Kandungan vitamin C pada singkong memiliki efek antioksidan dan untuk menjaga daya tahan tubuh tetap kuat, sedangkan

---

<sup>14</sup> <https://new.litbang.pertanian.go.id/info-teknologi/4109/>. Diakses tanggal 21 september 2021. Pukul 08:02.

kandungan kalium pada singkong berperan penting untuk mengontrol tekanan darah. Selain itu, singkong juga mengandung serat, protein, dan antioksidan yang mampu mencegah dan mengatasi sembelit serta menurunkan penyakit diabetes dan penyakit jantung.<sup>15</sup>

**e. Fungsi pangan lokal**

- 1) Jagung, memberikan energi sehingga melakukan aktivitas dengan baik
- 2) Ubi jalar, Membantu meningkatkan daya tahan tubuh
- 3) Labu kuning, dapat diolah menjadi berbagai jenis makanan (seperti, sayur lodeh, sayur asem, sup, dan dodol).
- 4) Kangkung, dapat dijadikan sebagai sayuran
- 5) Pisang, dapat meningkatkan imunitas atau kekebalan tubuh.

---

<sup>15</sup> <https://umkmalbar.id/info-umkm/jenis-umbi-umbian-serta-khasiatnya/>. Diakses tanggal 05 februari 2022, pukul 13:08



- 6) Kelapa, daging dari buah kelapa ini biasanya dijadikan es yang segar dan jenis minuman lainnya
- 7) Singkong, dapat dijadikan sebagai pengganti nasi dan dapat diolah menjadi berbagai macam menu makanan, cemilan hingga bahan masakan, seperti tepung

Membantu menjaga kekebalan tubuh.

Berdasarkan penjelasan diatas, bahwa dalam mencapai kebutuhan gizi yang maksimal, dengan melalui mengkonsumsi makanan sehari-hari serta memilih kandungan zat gizi. Sehingga dengan mengkonsumsi makanan yang mengandung zat gizi akan membantu dalam pertumbuhan dan perkembangan fisik serta mencukupi energi untuk beraktivitas sehari-hari.

#### **f. Tujuan pangan lokal**

Tujuan dilaksanakan pangan lokal atau makanan tambahan bagi anak menurut Dyah Umiyami Purnamasari yaitu:

- 1) Menyediakan bahan makana untuk mengatur proses dalam tubuh
- 2) Mendukung pelaksanaan jenis makanan dalam menumbuhkan sikap dan prilaku untuk mengkonsusmi jajanan lokal yang dimulai sejak usia dini.
- 3) Membiasakan makanan yang sehat dan menjaga pola hidup bersih sejak dini, serta berperilaku yanga baik dilingkungan setempat.
- 4) Mendorong pembangunan ekonomi masyarakat melalui pemanfaatan hasil pertanian lokal atau pangan lokal yang akan diproduksi dan dijadikan sebagai makanan tambahan.
- 5) Mendorong masyarakat untuk berperan aktif dalam penyelenggaraan pendidikan anak dengan memperhatikan kondisi gizi dan kesehatanya, dengan demikian apabila pemerintah lepas tangan dalam membantu penyedian kebutuhan masyarakat.

Maka masyarakat dapat melanjutkan dan melestarikan makanan tambahan ini secara mandiri.<sup>16</sup>

**g. Manfaat pangan lokal**

Ada beberapa manfaat yang dimiliki dari jenis pangan lokal adalah :

1) Jagung (*Latung*)

Membantu sistem kekebalan dalam tubuh, serat pada jagung dapat menurunkan kadar kolestrol darah

2) Ubi jalar (*Tete Wase*)

Mengurangi terjadinya penyakit mata dan meningkatkan daya tahan tubuh

3) Labu kuning (*Ndisi*)

Melindungi tubuh dari keusakan dengan cara meningkatkan sistem kekebalan tubuh, dan mencegah terjadinya penyakit jantung dan kanker.

---

<sup>16</sup> Lili Zuhaiha, "Pemeberian Makanan Tambahan (PMT) Pada Anak Kelompok A1 Di PAUD Al-Qonita Palangkaraya," (*Skripsi*, Institute Agama Islam Negeri Palangka Raya, 2020), hlm. 17-18

4) Kangkung (*Nggako*)

Memiliki zat besi yang ada didalamnya sehingga mencegah terjadinya anemia (kurang darah merah) dan meningkatkan kecerdasan pada otak anak.

5) Kelapa (*Nio*)

Buah dan air kelapa dapat menyembuhkan penyakit infeksi saluran kencing dan Air kelapa mengandung banyak mineral yang dapat mengatur tekanan darah, mengobati cacingan, melawan virus penyebab penyakit, mengobati penderita demam berdarah, dan bermanfaat bagi janin jika dikonsumsi oleh ibu hamil.

6) Pisang (*Muku*)

Meningkatkan imunitas atau kekebalan tubuh

7) Singkong (*Tete Wogor*)

Untuk menjaga daya tahan tubuh tetap kuat, untuk mengontrol tekanan darah. mampu mencegah dan mengatasi sembelit serta

menurunkan penyakit diabetes dan penyakit jantung

Berdasarkan manfaat di atas dengan melalui pemberian makanan di lembaga PAUD maupun di masyarakat adalah bentuk dukungan dari orang tua untuk meningkatkan status gizi dan kesehatan anak agar membentuk perilaku pada anak dalam mengkonsumsi makanan sehingga berdampak terhadap semangat dan konsentrasi anak dalam belajar.<sup>17</sup>

## **2. Faktor penghambat dan pendukung pemberian makanan pada anak**

Pemberian makanan pada anak sangat berkaitan erat dengan kebiasaan seseorang dalam mengkonsumsi makanan sehari-hari. Adapun beberapa faktor yang berpengaruh terhadap pembentukan makanan yaitu:

### **a. Ekonomi**

---

<sup>17</sup> Lili Zuhaiha, "Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Pada Anak Kelompok A1 Di PAUD Al-Qonita Palangkaraya," (*Skripsi*, Institute Agama Islam Negeri Palangka Raya, 2020), hlm. 17-18

Faktor ekonomi ini sangat dibutuhkan untuk meningkatkan kesempatan dalam membeli pangan dengan kualitas yang lebih baik, tetapi sebaliknya jika penurunan pendapatan maka akan menyebabkan daya jual beli pangan akan menurun baik secara kualitas maupun kuantitas, karena kurangnya pemasukan.

b. Sosial Budaya

Faktor budaya atau kepercayaan sangat berpengaruh untuk mengkonsumsi jenis makanan tertentu. Karena pantangan yang mendasarkan kepercayaan, pada umumnya mengandung nasehat baik maupu tidak baik yang lambat laun akan menjadi kebiasaan.

Kebudayaan di masyarakat mempunyai kekuatan yang cukup besar untuk mempengaruhi seseorang dalam memilih dan mengolah pangan untuk dijadikan bahan makanan sehari-hari.

c. Agama

Menurut pandangan agama Islam makanan disebut haram apabila seseorang yang melanggar hukumnya akan berdosa, dengan demikian adanya pantangan terhadap makanan dan minuman tertentu agar tidak dijadikan bahan makanan, dikarenakan makanan dan minuman tersebut membahayakan jasmani dan rohani bagi yang mengkonsumsinya. Konsep halal dan haram sangat mempengaruhi untuk memilih bahan makanan yang akan dikonsumsi.

d. Pendidikan

Pendidikan sangat berpengaruh dalam penyediaan beragam makanan sebagai pemenuhan kebutuhan gizi, karena berkaitan dengan pengetahuan. Salah satu contoh, prinsip yang dimiliki seseorang dengan pendidikan rendah biasanya yang penting mengenyangkan, sehingga porsi bahan makanan sumber karbohidrat lebih banyak dibandingkan dengan kelompok bahan makanan lainnya. Sebaliknya dengan kelompok orang yang berpendidikan tinggi

memiliki kecenderungan memilih bahan makanan sumber protein dan akan berusaha menyeimbangkan dengan kebutuhan gizi.

e. Lingkungan

Faktor lingkungan juga sangat berpengaruhnya terhadap pemberian makan. Lingkungan yang dimaksud yaitu lingkungan keluarga, serta adanya promosi melalui media elektronik maupun media cetak, kebiasaan makan dikeluarga sangat berpengaruh terhadap pemberian makanan pada anak serta makanan kesukaan seseorang yang menjadi kebiasaan makanan yang ada di dalam keluarga.<sup>18</sup>

### **3. Upaya masyarakat dalam memanfaatkan pangan lokal**

Pemenuhan kesehatan anak melalui penyediaan makanan sehat dan gizi seimbang harus tetap menjadi prioritas dalam kebutuhan anak, terutama di masa pandemi COVID-19. Hal ini untuk menjaga kesehatan dan kekebalan anak, Sehingga tidak harus mengeluarkan

---

<sup>18</sup> *Ibid.*, hlm. 32-33.



biaya yang mahal dalam memenuhi kebutuhan tersebut. Orang tua dapat memenuhi kebutuhan gizi anaknya dengan menyediakan dan mengonsumsi bahan-bahan lokal dari alam itu sendiri lebih tepatnya di daerah kita masing-masing yang berkualitas baik untuk menjaga kesehatan tubuh.

Tan menjelaskan tentang keluarga membutuhkan makanan yang sehat dan bergizi seimbang. Seiring dengan pertumbuhan dan perkembangan anak, kebutuhan akan pangan yang sehat sangat perlu dipenuhi agar dapat mengoptimalkan dengan baik, salah satunya dengan penerapan pedoman gizi seimbang. Keseimbang dalam hal ini yaitu tidak berlebihan, tidak kekurangan cukup untuk memenuhi kebutuhan. Namun, kini banyak orang yang lupa bahwa hidup sehat memerlukan makan makanan yang bergizi, yang tidak harus mahal, karena makanan yang sehat adalah makanan yang lebih mendekati bentuk aslinya dari alam. Dengan demikian, makanan yang sehat dan bergizi untuk anak yaitu dengan

menggunakan bahan-bahan alami dengan memanfaatkan pangan lokal yang ada disetiap daerah itu sendiri.

Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (Kemen PPPA) Lenny mengatakan pemenuhan kebutuhan gizi anak adalah salah satu kunci sukses dalam proses tumbuh kembang anak. Karena status gizi seseorang dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya tingkat kecukupan gizi dan ketahanan pangan. Apalagi dimasa pandemi. Saat ini, banyak tantangan yang dihadapi oleh masyarakat dalam ketersediaan nutrisi untuk memenuhi kebutuhannya terutama dalam keluarga. Selain itu, faktor lain dari orang tua disebabkan karena kurangnya pendapatan sehingga berdampak terhadap pemenuhan kebutuhan gizi anak. Salah satu upaya yang disampaikan oleh Kementerian dan Kemen PPPA yaitu untuk memenuhi kebutuhan pangan lokal masyarakat di Indonesia terdapat dua aspek yaitu konsumsi dan produksi dengan menggerakkan perekonomian petani lokal. Untuk

dapat memenuhi kebutuhan gizi keluarga dengan memanfaatkan pangan lokal ada.<sup>19</sup>

### Ayat al-qur'an tentang makanan dalam islam

Sebagaimana firman Allah Swt dalam surah al-Baqarah : 168 yaitu:



Artinya : Wahai manusia, makanlah yang halal dan baik yang ada di bumi, dan janganlah kamu mengikuti jejak setan. Sesungguhnya, setan adalah itu musuh yang sebenarnya. (Al-Baqarah:168).

Berdasarkan penjelasan di atas menunjukkan kepada semua insan yang ada di bumi diperintahkan untuk mencari makanan dan minuma halal sang khaliq dimanapun dan kapan saja sesuai dengan apa yang

19

<https://www.kemenpppa.go.id/index.php/page/read/29/2790/manfaatkan-pangan-lokal-untuk-penuhi-kebutuhan-gizi-anak>. Diakses Tanggal 18 September 2021. Pukul 19:35.

butuhkan dan tidak berlebihan. Selain itu, dalam proses pencarian makanan, Allah Swt menganjurkan untuk memperhatikan kehalalan makanan serta bahan-bahannya. Setan terus menggoda setiap manusia untuk tidak mempedulikan dua hal ini. Adapun proses mencari nafkah dibawah godaan setan yang langka yaitu melakukan tindakan perjudian, korupsi, dan perampokan.<sup>20</sup>

#### 4. Pemenuhan Gizi Anak

##### a. Pengertian gizi

Gizi adalah proses organisme menggunakan makanan yang dikonsumsi secara normal melalui proses pencernaan, penyerapan, transportasi, penyimpanan, metabolisme dan pengeluaran zat gizi untuk mempertahankan kehidupan, pertumbuhan, dan fungsi normal organ tubuh untuk menghasilkan tenaga.

Istilah gizi berasal dari bahasa Arab yaitu *Gizzah* yang berarti zat makanan yang menyehatkan tubuh. Setiap orang harus memenuhi kebutuhan nutrisi yang

---

<sup>20</sup><https://tafsiralquran.id/surah-al-baqarah-2-ayat-168-anjuran-makan-makanan-halal-dan-bergizi/>. Diakses Tanggal 20 November 2021. Pukul 16:46

berbeda sesuai dengan usia dan kondisi tubuh. Zat gizi atau zat makanan, merupakan bahan dasar penyusun bahan makanan. Menurut Sediaoetama ada lima fungsi zat gizi yaitu sebagai berikut:

- 1) Sumber energi atau tenaga. Jika fungsi ini terganggu, orang menjadi berkurang gerakannya atau kurang giat dan merasa cepat lelah.
- 2) Mendukung pertumbuhan tubuh yaitu penambahan sel baru pada sel yang sudah ada
- 3) Memelihara jaringan tubuh, menggantikan yang rusak atau bekas terpakai, yaitu mengganti sel yang tampak jelas pada luka tubuh sehingga terjadinya jaringan penutup luka.
- 4) Mengatur metabolisme dan berbagai keseimbangan cairan tubuh seperti air, asam basa, dan mineral

- 5) Berperan dalam mekanisme pertahanan tubuh terhadap berbagai penyakit sebagai antioksidan dan antibodi lainnya.<sup>21</sup>

Gizi seimbang adalah salah satu kebutuhan yang diperoleh dari konsumsi sehari-hari sesuai dengan kebutuhan tubuh manusia, baik itu jenis maupun jumlahnya, dengan memperhatikan prinsip keanekaragaman pangan, aktivitas fisik, perilaku hidup bersih dan menjaga berat badan normal agar masalah gizi dapat dicegah.



**Gambar 1.1 Pedoman gizi seimbang**

---

<sup>21</sup> Ismi Maulida Yulianti, “Pemahaman Orangtua Tentang Pemenuhan Gizi Anak Melalui kegiatan Lunch Box di Kelompok Bermain manda”, (*Skripsi*, FTK Universitas Negeri Walisongo, Semarang 2019), hlm.19

Pedoman Gizi Seimbang yang diterapkan di Indonesia sejak tahun 1955 yang merupakan implementasi dari rekomendasi konferensi pangan dunia Roma tahun 1992. Pedoman ini menggantikan slogan “4 Sehat 5 Sempurna” yang telah diperkenalkan sejak tahun 1952 dan sudah tidak sesuai lagi dengan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi (IPTEK) dalam bidang gizi serta masalah dan tantangan yang dihadapi. Dengan mengimplementasikan pedoman tersebut diyakini bahwa masalah gizi akan dapat teratasi. Prinsip Gizi Seimbang terdiri dari empat Pilar yang pada dasarnya sebagai upaya untuk menyeimbangkan antara zat gizi yang keluar dan zat gizi yang masuk dengan melihat berat badan secara teratur. Empat Pilar tersebut adalah:

- 1) mengkonsumsi makanan beragam jenis
- 2) membiasakan untuk berperilaku hidup bersih karena kebersihan sangat berpengaruh terhadap pembentukan gizi seimbang

- 3) membiasakan kegiatan aktivitas fisik.
- 4) Menjaga serta mempertahankan berat badan yang normal<sup>22</sup>

#### **b. Gizi untuk anak**

Gizi adalah salah satu aspek yang sangat penting dalam pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini. Pemenuhan gizi yang cukup pada anak usia 0-6 tahun dapat mempengaruhi perkembangan mental, termasuk kecerdasan anak. Kesehatan dan gizi anak sangatlah penting untuk diperhatikan sejak dari dalam kandungan hingga lahir. Hal ini dikarenakan, kesehatan dan gizi sangat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak. Anak yang mendapatkan gizi yang seimbang serta makanan yang sehat, akan tumbuh menjadi manusia yang berkualitas, begitu pula sebaliknya.

Menurut Santrock secara umum masalah kesehatan yang sering dialami oleh anak yaitu kurang gizi serta pola makan. karena gizi sangat

---

<sup>22</sup> *Ibid*, hlm.19-22



mempengaruhi tumbuh kembang anak. Pada saat sekarang banyak sekali makanan cepat saji atau makanan instan yang mengandung bahan kimia yang sangat mempengaruhi kesehatan anak jika dikonsumsi terus menerus dalam waktu yang lama. Oleh karena itu, peran pendidikan anak usia dini (PAUD) sangat penting dalam membantu mendidik kualitas anak di masa depan. Demikian penjelasan yang disampaikan oleh Menteri Pendidikan Nasional nomor 58 Tahun 2009 dalam undang-undang nomor 20 tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional bahwa pendidikan anak usia dini merupakan upaya pembinaan yang ditujukan kepada anak sejak usia 0-6 tahun dengan melalui pemberian rangsangan pengetahuan kepada anak, membantu pertumbuhan dan perkembangan. perkembangan jasmani dan rohani anak agar memiliki persiapan untuk memasuki jenjang selanjutnya.

Berdasarkan penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa pendidikan anak usia dini adalah

tahap awal untuk membimbing dan memberi rangsangan terhadap perkembangannya dengan mengenalkan berbagai makanan yang menjaga keseimbangan gizi, orang tua dan guru berperan aktif dalam memberikan pengetahuan kepada anak terutama dalam mengenal jenis-jenis makanan yang mengandung gizi seperti, lauk pauk yang terdiri dari tempe, tahu, ikan, telur, ayam, dan daging. Sayuran seperti bayam, sawi, wortel, jagung, kacang buncis, dan kentang. Sedangkan minuman sehat terdiri dari susu, air kacang hijau, jus, air dan buah-buahan. Pengenalan gizi seimbang pada anak sangat bermanfaat, agar mereka dapat mengetahui tentang pentingnya gizi bagi tubuh, sehingga melalui makanan sehari-hari dapat memberikan pengetahuan pada anak dalam mengonsumsi gizi seimbang.<sup>23</sup> Selain ini juga makanan bergizi pada anak harus mengandung zat-zat

---

<sup>23</sup> Saija, Sri Lestari, Abas Yusuf, *Peningkatan Pemahaman Gizi Seimbang pada Anak Usia 5-6 tahun di taman Kanak-kanak : Pendidikan Anak Usia Dini FKIP UNTAN Pontianak*, hlm.1

yang memberi nutrisi dan berfungsi memenuhi kebutuhan anak diantaranya yaitu:

#### 1) Karbohidrat

Fungsi utama karbohidrat yaitu menyediakan energi bagi tubuh. Apabila asupan karbohidrat tidak mencukupi, maka protein yang digunakan untuk memenuhi kebutuhan energi. Sebaliknya, apabila konsumsi karbohidrat cukup, protein akan digunakan sebagai zat pembangun

#### 2) Lemak

Lemak dan minyak merupakan zat makanan yang penting untuk menjaga kesehatan tubuh manusia.

Lemak dan minyak adalah sumber energi yang lebih efektif dibandingkan dengan karbohidrat dan protein. Sumber utama lemak yaitu minyak dari tumbuhan, mentega, margarin dan lemak hewan. Adapun sumber lainnya berasal dari kacang-kacangan, susu, kedelai, kuning telur dan sebagainya. Lemak hewan ada yang berbentuk

padat antara lain susu, lemak sapi, dan berbentuk cair seperti minyak ikan paus dan minyak ikan kod.

### 3) Protein

Fungsi protein dalam tubuh adalah untuk membantu pertumbuhan dan pemeliharaan. pembentukan ikatan-ikatan esensial tubuh, mengatur keseimbangan air, pemeliharaa netralitas tubuh, pembentuk antibodi, pengangkut zat-zat gizi dan sumber energi. Protein dapat diperoleh dengan baik seperti telur, susu, daging, unggas, ikan, dan kerang. Sumber protein nabati seperti tempe, tahu dan kacang-kacangan

### 4) Vitamin

Vitamin adalah salah satu zat organik yang diperlukan oleh tubuh, sebaga proses untuk metabolisme dan fungsi normal tubuh. Vitamin juga tidak dapat dibuat oleh tubuh dalam jumlah yang sangat cukup. Oleh karena itu harus diperoleh dari asupan makanan lain.

#### 5) Mineral

Mineral merupakan bagian dari tubuh yang memegang peranan penting dalam pemeliharaan fungsi tubuh secara keseluruhan. Mineral juga berperan dalam berbagai tahap metabolisme, pembentukan hormone, tulang, gigi dan darah.

#### 6) Air

Air atau cairan merupakan bagian utama dalam tubuh yaitu sebesar 50-80% dari berat badan seseorang. Cairan dalam tubuh berfungsi untuk mengatur suhu tubuh, sebagai pelarut mineral, vitamin, glukosa, asam amino, dan molekul kecil lainnya.<sup>24</sup>

Berdasarkan penjelasan diatas bahwa pada usia dini sangat memerlukan beragam jenis makanan yang memiliki kandungan gizi seimbang dalam setiap makanan yang akan dikonsumsi sehari-harinya. Zat

---

<sup>24</sup> Lili Zulaiha, Pemeberian Makanan Tambahan (PMT) pada Anak Kelompok A1 Di Paud Al-Qonita Palangka Raya, (*Skripsi*, Institute Agama Islam Negeri Palangka Raya, 2020), hlm. 56-60.

gizi tersebut terdiri dari karbohidrat, protein, lemak, mineral, dan vitamin ditambah cairan yang bermanfaat untuk membantu perkembangan otak anak dan fisik anak.

**c. Gizi Seimbang terhadap Anak usia 2-5 tahun**

Pada usia 2-5 tahun kebutuhan nutrisi anak meningkat, karena dalam masa pertumbuhan yang cepat dan aktivitas yang berat. Begitu pula dengan anak-anak yang memiliki makanan favorit, seperti *snack*. Sehingga anak harus mendapatkan perhatian khusus dari ibu atau pengasuh anak dalam memberikan jumlah dan variasi makanan untuk menentukan pilihan anak dalam memilih makanan yang sehat. selain itu pada usia ini anak sering bermain keluar rumah sehingga mudah terserang penyakit infeksi dan kecacingan, dengan demikian kebiasaan hidup bersih perlu dibiasakan untuk mencegah dari sejak dini.<sup>25</sup>

---

<sup>25</sup> *Ibid.*, hlm.21-22

Anak Prasekolah adalah salah satu bagian dari masa kanak-kanak, yang meliputi tahap awal dan tahap akhir di masa kanak-kanak. Pada masa prasekolah adalah transisi diantara masa balita dan masa sekolah. Dalam menjalani pertumbuhan dan perkembangan anak pada usia ini sangat membutuhkan nutrisi yang optimal dan meliputi protein, karbohidrat, lemak, vitamin, mineral, dan air agar dapat dikonsumsi dengan seimbang. Anak pada di usia ini membutuhkan 50 kkal kalori pada berat badan per kg., dalam setiap tahap usianya memerlukan perawatan yang berbeda di setiap tahap pertumbuhan mereka. karena pada setiap tahap pertumbuhan anak memiliki karakter berbeda-beda, jadi penyesuaian kebutuhan anak pada setiap tahap usianya sangat penting untuk mencapai tumbuh kembang yang maksimal.

Adapun tujuan pemberian nutrisi anak prasekolah pada gambar diatas yaitu:

1. Melindungi dan memperbaiki bagian-bagian tubuh yang rusak dengan melalui zat pembangun seperti protein, mineral, dan air.
2. Membantu memberikan energi seperti karbohidrat, protein dan lemak.
3. Membantu cara kerja tubuh dengan melalui zat pengatur seperti vitamin, mineral dan air.<sup>26</sup>

#### **d. Menu makanan sehat**

Menurut Santoso menu merupakan susunan makanan satu kali dikonsumsi yang bersifat keseluruhan dan melengkapi kebutuhan makan seseorang. Dalam hal ini kesehatan sering dijadikan menu yang memadai atau makanan yang termasuk semua jenis makanan yang diperlukan, dengan melihat unsur-unsur keseimbangan gizi yang memiliki kandungan di dalamnya. bentuk menu pertumbuhan yang sesuai dengan unsur nutrisi yang dibutuhkan tubuh, seperti membantu menyediakan energi,

---

<sup>26</sup> Ruslianti, dkk, *Gizi dan Kesehatan Anak Pra sekolah*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2015), hlm. 147



mendukung, membangun, pemeliharaan sel dan proses metabolisme.

Menurut Hidayat, nutrisi pada makanan sangat bermanfaat bagi tubuh dalam membantu proses pertumbuhan dan perkembangan anak serta mencegah terjadinya penyakit akibat kurang nutrisi pada tubuh seperti kekurangan energi dan protein, anemia, defisiensi yodium, defisiensi seng, defisiensi vitamin A yang menghambat proses tumbuh kembang anak. Sumber tenaga pada nutrisi dapat diperoleh dari karbohidrat sebesar 50-55%, dari lemak 30-35% dan protein sebanyak 15%. Pemenuhan nutrisi pada anak harus seimbang dan mengandung semua zat gizi yang diperlukan oleh tubuh. ada beberapa syarat Menu makanan sehat menurut Santoso dalam buku Kesehatan dan Gizi antara lain:

- 1) Mengandung makanan yang memuaskan nafsu makan dan memberi rasa kenyang.

- 2) Mengandung nutrisi yang dibutuhkan untuk tetap sehat dan dapat melakukan aktivitas sehari-hari secara normal.
- 3) Memenuhi nilai-nilai sosial budaya, yaitu kebiasaan konsumtif oleh masyarakat dan lain-lainnya.
- 4) Biaya terjangkau bagi konsumen.

Selain itu, menu perlu diubah untuk menghindari kebosanan dalam suasana makan yang menyenangkan anak-anak, pengulangan penyusunan menu dilakukan minimal 10 hari dan diganti setiap bulan.

Dalam pemberian menu perlu diperhatikan beberapa hal diantaranya:

- a) Perpaduan rasa harus sesuai misalnya rasa asin, manis, asam, pahit, dan pedas jika disukai.
- b) Kombinasi warna disesuaikan dengan bentuk hidangan akan di siapkan seperti merah, hijau, coklat, kuning dan warna lainnya.

- c) Macam-macam bentuk potongan seperti persegi, panjang, tipis, bulat dan lain-lain.
- d) variasi kering dan berkuah, misalnya hidangan jenis berkuah seperti sup, sayur asam, maupun yang sedikit kuah yaitu tumis sayur, dan sambal goreng. Sedangkan yang kering seperti tempe.
- e) Teknik pengolahan, yaitu masakan yang diolah dengan pengolahan seperti digoreng, direbus, dan lain-lain. Sehingga memberikan tekstur dan rasa yang berbeda<sup>27</sup>

**e. Kartu menuju sehat**

Pertumbuhan merupakan parameter kesehatan gizi yang dipahami serta digunakan untuk mengukur kesehatan anak, terutama pada bayi dan balita. Upaya yang dilakukan untuk mengetahui tingkat kesehatan gizi anak dapat dilakukan dengan menggunakan kartu menuju sehat (KMS) melalui kegiatan posyandu di

---

<sup>27</sup> Desi Lestari, "Pemahaman Orangtua Tentang Pemenuhan Gizi Anak Melalui Lunch Box (Bekal Makanan) Di Kelompok Bermain IT Sekargading Semarang", (*Skripsi*, Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang, 2017), hlm.13-15.

puskesmas serta di klinik kesehatan anak yang ada di setiap wilayah Indonesia. Di kartu menuju sehat ada jalur yang menunjukkan status kesehatan anak dari segi gizi. Anak-anak yang sehat digambarkan dengan garis berat badan berwarna hijau. Anak-anak yang diteliti akan dicatat untuk usia berat badan mereka. Data yang diperoleh akan dituliskan pada garis yang ada di dalam KMS sesuai dengan grafik yang cantumkan.

Anak sehat akan menampilkan grafik pertumbuhan yang terletak pada garis hijau, jika garis grafik menurun dari garis hijau berarti ada masalah atau kurang mengonsumsi makanan bergizi dalam proses tumbuh kembang anak. Dengan melihat KMS ibu atau penanggung jawab yang mengasuh, mereka akan langsung mengetahui kondisi kesehatan anak. Jika kurva pertumbuhan masih berada di hijau maka anak masih dalam keadaan gizi yang baik, dan jika menurun ke daerah jalur kuning menandakan daerah kurang kalori dan protein (KKP) ringan, sehingga anak

mulai mengalami gangguan tumbuh kembang ringan. Jika keadaan anak lebih buruk dari garis, kurva pertumbuhan anak akan merurun lagi ke daerah di bawah garis merah. Area di bawah garis merah ini menunjukkan KKL berat. Di sini anak jelas-jelas menderita gizi buruk dan kesehatannya terganggu. Dalam juga KMS akan mencatat semua informasi lain mengenai kesehatan dan pemeliharaan kesehatan anak yang harus diperhatikan atau yang telah dilaksanakan, seperti jadwal pelaksanaan dan lainnya.<sup>28</sup>

#### **f. Faktor-faktor yang mempengaruhi gizi pada Anak**

Ada dua faktor yang mempengaruhi gizi pada anak yaitu faktor internal dan eksternal.

##### 1) Faktor internal

Faktor internal pada anak disebabkan karena kesehatan dan asupan zat gizi ibu hamil semasa *pre-natal* (masa janin) dan asupan zat gizi anak usia balita semasa *post-natal* (masa setelah lahir)

---

<sup>28</sup> Ahmad Jauhari, *Dasar-Dasar Ilmu Gizi*, (Yogyakarta: Jaya Ilmu, 2015), Hlm. 248-251.

## 2) Faktor eksternal

Faktor eksternal terdiri dari:

### a) Keluarga

Faktor yang dialami Keluarga yaitu masalah ekonomi yang berpenghasilan rendah sehingga memiliki pola asuh yang sangat terbatas.

### b) Lingkungan

Lingkungan sangat berpengaruh terhadap gizi anak baik itu lingkungan keluarga maupun lingkungan masyarakat yang belum memberikan daya dukung baik dari pelayanan kesehatan dan membudayakan hidup bersih.

### c) Pemerintah

Kebijakan pemerintah dalam bidang kesehatan, pangan, dan ekonomi juga dapat mempengaruhi pemenuhan gizi anak jika tidak terpenuhi kebutuhan masyarakat oleh pemerintah.<sup>29</sup>

## **g. Pemenuhan gizi untuk anak**

---

<sup>29</sup>Ruslianti, dkk., *Gizi dan Kesehatan Anak Prasekolah*, (Bandung:PT Rosdakarya, 2015), hlm. 162.

Suparyanto menyatakan bahwa makanan memiliki peranan yang sangat di butuhkan dalam pertumbuhan fisik dan kecerdasan anak, dengan pola makan yang baik dan teratur perlu diketahui sejak dini, termasuk makanan yang mengandung zat gizi. sehingga kebutuhan gizi anak seimbang dan terpenuhi. Oleh karena itu pemberian makanan sehari-hari terdiri dari tiga bahan makanan, yaitu zat energi, bahan penyusun dan zat pengatur. Selain itu, kebutuhan makanan memerlukan aturan agar anak mendapatkan asupan gizi yang diperlukan, termasuk kegiatan sarapan pagi, menawarkan selingan susu pada jam 10.00 pagi, saat makan siang, memberikan selingan kedua pada jam 16.00, kemudian saat makan malam dan minum susu sebelum tidur. Peran orang tua sangat diperlukan untuk membentuk perilaku makan sehat. Selain itu, jajanan atau makanan olahan sebagai yang ditambah untuk membantu anak jika tidak mendapatkan porsi makan yang cukup baik. Jenis

jajanan yang baik adalah mengandung nutrisi lengkap yang terdiri dari sumber karbohidrat, protein, vitamin dan mineral.

Perencanaan pemenuhan kebutuhan gizi (kecukupan kalori dan protein) dapat dilakukan dengan beberapa tahap yaitu Menentukan kebutuhan energi, berdasarkan tabel kebutuhan energi yang disesuaikan dengan usia dan jenis kelamin, Memperhatikan kandungan gizi bahan makanan yang untuk dimanfaatkan, Upaya pemenuhan pemenuhan gizi seimbang serta Mengonsumsi makanan yang halal dan sehat untuk tubuh.<sup>30</sup>

Adapun Kriteria pemenuhan gizi anak terdiri dari beberapa cara untuk mengetahui tumbuh kembang anak diantaranya dengan memantau melalui berat badan dan tinggi badan secara teratur. Salah satunya adalah dengan melakukan pengukuran dan hasilnya akan disesuaikan dengan menggunakan sesuai angka

---

<sup>30</sup> *Ibid.*, hlm. 18-19



kecukupan gizi yang disediakan sehingga dapat diketahui status gizi anak.

Tabel 1.1. Angka kecukupan gizi anak usia 1-3 tahun

Berat Badan	13 Kg
Tinggi Badan	91 Cm
Energi	1125 Kkal
Protein	25 g
Lemak	44 g
Karbohidarat	155 g
Serat	16 g
Air	1200 MI

Tabel 1. 2. Angka Kecukupan Gizi Anak Usia 4-6 Tahun

Berat Badan	19 Kg
Tinggi Badan	112 Cm
Energi	1600 Kkal
Protein	35 g
Lemak	62 g
Karbohidarat	220 g
Serat	22 g
Air	1500 MI

Tabel AKG Berdasarkan Permenkes No 75 Tahun 2013<sup>31</sup>

Berdasarkan tabel di atas menjelaskan tumbuh kembang anak terdiri dari macam-macam kriteria yang ditunjukkan dalam mengetahui kecukupan gizi anak

---

<sup>31</sup> Lampiran Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia yang dianjurkan bagi bangsa tentang angka kecukupan gizi Nomor 75 Tahun 2013.

sesuai dengan tahan pertumbuhan perkembangannya, sehingga dapat diketahui melalui penimbangan berat badan, pengukuran tinggi badan, jumlah energi, protein, lemak, dan lain-lain yang dapat diperoleh dari setiap makanan yang dikonsumsi dan dicocokkan dengan tabel yang disediakan, agar pertumbuhan dan status gizi anak terpantau dengan baik.

## **G. Metode Penelitian**

### **1. Pendekatan penelitian**

Penelitian adalah suatu kegiatan ilmiah yang terencana, terstruktur, dan mempunyai tujuan tertentu baik secara praktis maupun secara teoritis.<sup>32</sup> penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif. Penelitian kualitatif adalah penelitian yang menghasilkan data deskriptif yang berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang diamati.<sup>33</sup>

---

<sup>32</sup> Conny R. Semiawan, *Metode Penelitian Kualitatif*, hlm.5

<sup>33</sup> Ruslan Ahmad, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2014), hlm.15.

Didalam penelitian ini, peneliti menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif, yaitu penelitian yang dilakukan dengan suatu tujuan dalam memberikan suatu informasi tentang suatu keadaan secara objektif. Penelitian deskriptif ini ditujukan untuk mendeskripsikan dan menggambarkan suatu kejadian yang bersifat alamiah.<sup>34</sup> Jadi dengan menggunakan penelitian ini, maka peneliti ini akan mendeskripsikan secara khusus tentang Pemanfaatan Pangan Lokal Sebagai Pemenuhan Gizi Untuk Anak Usia Dini di Dusun Ndewel kec. Mbeliling kab. Manggarai Barat.

## **2. Kehadiran penelitian**

Dalam penelitian ini kehadiran peneliti adalah sebagai instrumen kunci untuk mendapatkan data yang valid dan reliable. Dengan kehadiran peneliti dilokasi, sangat berpengaruh dalam mengumpulkan data dan informasi yang dibutuhkan secara fakta dalam mendapatkan hasil penelitian yang murni. Kehadiran

---

<sup>34</sup> Sukmadinata, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Bandung: Remaja Rosdakariya, 2014), hlm.11.

peneliti di lokasi penelitian secara langsung sebagai penyannya atau pewawancara. Dalam penelitian kualitatif, tehnik pengumpulan data yang utama adalah observasi, wawancara, dan dokumentasi yang dilakukan secara bersamaan disaat melakukan observasi atau pengamatan pada waktu penelitian.

### **3. Lokasi penelitian**

Penelitian ini dilakukan di Dusun Ndewel Kec. Mbeliling Kab. Manggarai Barat.

### **4. Sumber data**

Sumber data dalam penelitian ini adalah subjek dari mana data diperoleh. Sumber data dalam melakukan penelitian kualitatif adalah kata-kata, tindakan, dan selebihnya data tambahan seperti dokumentasi dan lainnya.<sup>35</sup>

Menurut Ofland dan Iofland (dalam Moleong) memaparkan sumber data utama alam penelittian kualitatif

---

<sup>35</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Bandung: Alfabeta, 2017), hlm. 193

merupakan suatu tindakan atau kata-kata dan selebihnya merupakan data tambahan seperti dokumen dan lain-lain.<sup>36</sup> Adapun sumber data dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

a. Sumber data primer

Sumber data primer adalah sumber data yang didapatkan langsung dan orang yang bersangkutan terhadap pengumpulan maupun penyampaian dokumen yang secara langsung, dikumpulkan oleh peneliti dari objek penelitian. Data yang dihasilkan adalah data langsung dari setiap individu-individu yang diteliti baik dari observasi maupun wawancara.<sup>37</sup> Adapun sumber data dalam penelitian ini terdiri dari enam orang tua anak usia dini 2-4 tahun di Dusun Ndevel kec. Mbeliling kab. Manggarai Barat.

b. Sumber data sekunder

---

<sup>36</sup> Lexi J. Meleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Alfa Beta, 2016), hlm. 157

<sup>37</sup> *Ibid.*, hlm. 160

Sumber data skunder merupakan sebuah informasi yang secara tidak langsung didapatkan melalui orang yang tanggung jawab terhadap suatu informasi yaitu Kader posyandu, dan Bidan sebagai data tambahan untuk menunjang sebuah data pokok.

## **5. Prosedur pengumpulan data**

Teknik pengumpulan data adalah langkah strategis dalam suatu penelitian, karena tujuan dari penelitian yaitu mendapatkan sebuah informasi.

Menurut Sugiyono, pengumpulan data dapat dilakukan dengan berbagai cara melalui sumber data yang di *setting*. Pengumpulan data pemanfaatan pangan lokal sebagai pemenuhan gizi untuk anak usia dini di Dusun Ndewel kec.mbeliling kab. Manggarai barat dapat dilakukan dengan melalui observasi, dokumentasi, dan wawancara.<sup>38</sup>

### **a. Observasi**

---

<sup>38</sup> Ruslan Ahmadi, *Metode Penelitian Kualitatif....*,hlm. 137

Observasi adalah pengamatan terhadap suatu objek yang diteliti baik secara langsung maupun secara tidak langsung. Bugin menyatakan bahwa observasi adalah metode pengumpulan data yang digunakan untuk menghimpun data penelitian melalui pengamatan dan pengindraan.<sup>39</sup> Pandangan lain mengatakan bahwa observasi adalah pengumpulan data yang dilaksanakan melalui pengamatan dan disertai dengan catatan yang sesuai dengan keadaan objek penelitian.<sup>40</sup> Yang akan diobservasi yaitu bagaimana masyarakat memanfaatkan pangan lokal sebagai sumber pemenuhan gizi anak, serta bagaimana pangan tersebut di buat atau model kreasinya, sehingga orang tua dan anak memiliki minat untuk dikonsumsi. Kegiatan observasi dilakukan di Dusun Ndewel Kec. Mbeliling Kab. Manggarai Barat.

#### b. Wawancara

---

<sup>39</sup> Djam'an Dan Aan, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung:Alfabeta, 2014), hlm.104-105.

<sup>40</sup> Abdurrahmat Fathoni, *Metode Penelitian Dan Teknik Penyusunan Skripsi*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2011), hlm.104

Teknik wawancara adalah sebuah bentuk percakapan yang bertujuan untuk memperoleh informasi atau data yang valid. Dalam teknik wawancara terdapat pertanyaan dan jawaban yang diberikan secara verbal, biasanya komunikasi ini dilakukan dalam keadaan saling berhadapan dengan orang yang di wawancarai.<sup>41</sup>

Penelitian ini menggunakan bentuk wawancara semi terstruktur, yang dimana dalam pelaksanaannya lebih bebas dibandingkan dengan wawancara terstruktur. Tujuan dari wawancara ini yaitu untuk menemukan permasalahan serta lebih terbuka dengan pihak yang akan diwawancarai serta meminta pendapat dan ide-idenya. Adapun yang akan di wawancarai dalam penelitian ini yaitu tentang Pemanfaatan pangan lokal sebagai sumber Pemenuhan Gizi AUD, Jenis-jenis Pangan lokal sebagai sumber Pemenuhan Gizi AUD dan upaya Masyarakat dalam memanfaatkan pangan

---

<sup>41</sup> Nasution, *Metode Research* (Jakarta:Bumi Aksara, 2016), hlm. 113



lokal di Dusun Ndwel Kec. Mbeliling Kab. Manggarai Barat. Maka dalam penelitian ini pihak yang akan wawancara yaitu Orangtua anak usia 2-4 tahun.

c. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan sumber instrumen yang menjadi alat bantu untuk digunakan dalam proses penelitian sebagai bukti hasil penelitian. Dalam penelitian ini data dokumentasi berupa buku KMS (Kartu Menuju Sehat) dari Posyandu, data hasil wawancara dengan orang tua dan saat anak melaksanakan kegiatan posyandu..

Penggunaan suatu metode dalam penelitian ini yaitu, bertujuan untuk mengumpulkan data tertulis serta gambar yang bisa memberikan sebuah informasi yang sesuai dengan data yang dibutuhkan terkait dengan pemanfaatan pangan lokal sebagai sumber pemenuhan gizi AUD dan jenis-jenis pangan lokal apa saja sebagai sumber pemenuhan gizi AUD.

## 6. Teknis analisis data

Analisis data merupakan proses mencari dan menyusun sesuai data yang di dapat dari hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi secara teratur dengan melakukan pengelompokan data kedalam bebrerapa kategori yaitu menjabarkan kedalam tema-tema, melakukan sintesa menyusun pola, memilih yang penting, serta yang akan dipelajari, dan membuat kesimpulan sehingga mudah dipahami oleh peneliti sendiri maupun orang lain.<sup>42</sup>

Berdasarkan pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa analisis data merupakan suatu proses mencari serta menyusun secara sistematis dari hasil wawancara, catatan lapangan serta dokumentasi, dengan cara mengelompokkan suatu data kedalam kategori agar dipahami oleh diri sendiri maupun orang lain.

## **7. Pengecekan keabsahan data**

Mengingat penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, maka tujuan penelitian adalah untuk

---

<sup>42</sup> Djam'an Dan Aan, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung:Alfabeta, 2014), hlm.224

menghasilkan suatu data deskriptif terkait dengan latar belakang masalah. Adapun cara peneliti menguji keabsahan data agar tidak terjadi kejanggalan dalam suatu hasil peneliti, adalah sebagai berikut:

a. Perpanjangan pengamatan

Perpanjangan suatu pengamatan berarti peneliti kembali ke lapanga melakukan pengamatan atau suatu observasi, wawancara dengan sumber daya yang ditemui. Dengan perpanjangan suatu pengamatan berarti hubungan peneliti dengan narasumber semakin terbentuk.

b. Peningkatan ketekunan

Meningkatkan suatu ketekunan berarti disini peneliti malakukan pengamatan dengan cerna serta terus menerus dalam meningkatkan ketekunan, maka disini peneliti dapat melakukan pengecekan kembali apakah data yang sudah diperoleh sudah benar.<sup>43</sup>

c. Menggunakan bahan referensi

---

<sup>43</sup> Lexi J.Moleong, *Prosedur Penelitian*, (Jakarta: Rineka Cipta, 1998), hlm.38

Adapun yang dimaksud dengan bahan referensi yaitu adanya pendukung untuk membuktikan data yang telah ditemukan oleh peneliti. dengan melalui refrensi yang akan digunakan peneliti yaitu, laporan catatan perkembangan anak melauai posyandu, dan peran orang tua dalam memenuhi kebutuhan anak.

d. Teknik triangulasi

Teknik triangulasi data merupakan teknik pemeriksaan suatu keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain diluar data, karena diteknik ini mempunyai barbagai teknik, yaitu sebagai berikut;

1) Triangulasi sumber

Membandingkan dan mengecek kembali data yang telah diperoleh dari berbagai sumber yang berbeda.

2) Triangulasi teknik

Untuk menguji kreabilitas data yang dilakukan dengan cara mengecek data kepada sumber yang sama dengan teknik yang berbeda. Misalnya data yang diperoleh melalui wawancara, kemudian di cek hasil observasi dan dokumentasi.

### 3) Triangulasi waktu

Dalam rangka pengujian kredibilitas data menggunakan triangulasi waktu dapat dilakukan dengan cara melakukan pengecekan dengan wawancara, observasi maupun teknik lainnya dalam waktu atau situasi yang berbeda.<sup>44</sup>

## H. Sistematika Pembahasan

Untuk mempermudah dalam pemahaman skripsi proposal, maka peneliti membuat sistematika pembahasan sebagai berikut:

BAB I : Bab ini membahas latar belakang masalah, rumusan, tujuan dan manfaat, ruang lingkup dan setting penelitian, telaan pustakan kerangka teori, metode penelitian

BAB II : Bab ini akan membahas paparan data hasil penelitian yang gambaran umum lokasi penelitian dan profil desa

---

<sup>44</sup> *Ibid.*, hlm. 329.

BAB III : Terdapat pembahasan tentang pemanfaatan pangan lokal sebagai pemenuhan gizi untuk anak usia dini

BAB IV : Bab ini membahas tentang kesimpulan dan saran.



Perpustakaan UIN Mataram

## BAB II

### PAPARAN DATA DAN TEMUAN

#### A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

1. Sejarah berdirinya Dusun Ndwel Kecamatan Mbeliling Kabupaten Manggarai Barat

Dusun Ndwel terletak di Desa Golo Ndoal, Desa Golo Ndoal adalah salah satu desa di Kecamatan Mbeliling, Kabupaten Manggarai Barat, Nusa Tenggara Timur, yang dimana terdiri dari 4 dusun yaitu Dusun Ndwel, Noa, Mantang, Nggirang. Desa Golo Ndoal berdiri pada tahun 1996.

Kepala Desa pertama atas nama Yusuf Man dengan masa jabatan selama dua periode dari tahun 1996-2003. Yusuf Man adalah kepala desa definitive yang dipilih secara demokratis, kemudian pada tahun 2004-2010 di pimpin oleh Frans Hana, kemudian pada tahun 2011-2015 Desa Golo Ndoal di pimpin oleh

Ali Mustaram, selanjutnya dipimpin oleh Syahrudin dari tahun 2016-2018 dan sekarang kepala desa Golo Ndoal di pimpin oleh Blasius Jao Ngampu.

Kebanyakan Masyarakat Kecamatan Mbeliling terutama di Dusun Ndwel atau etnis kempo (Ata Kempo) yaitu keturunan dari Suku Manggarai yang menghuni pulau Flores di anggota barat dan sebagian besar masyarakatnya bermata pencaharian petani. Karena daerah Dusun Ndwel yang terletak di Desa

Golo Ndoal berada di pegunungan dengan kelembaban udara yang tinggi merupakan daerah potensial bagi lahan pertanian. Kebanyakan hasil perkebunan yang menonjol yaitu, Kopi, Cengkeh, Vanili, Coklat, Porang, Kemiri, dan untuk penghasil



makanan pokok seperti Padi, Ubi, Jagung, dan lain-lain.

2. Letak geografis Dusun Ndwel Kecamatan Mbeliling Kabupaten Manggarai Barat

Letak Geografis Dusun Ndwel Kecamatan Mbeliling Kabupaten Manggarai Barat berada di Jalan Trans Flores. suasana aman dan rata-rata merupakan wilayah pedesaan atau perkempungan, serta bisa dijangkau dengan menggunakan Mobil, Sepeda Motor, Dan Jalan kaki.<sup>45</sup>

3. Visi dan misi

a. Visi

“Membangun Desa menjadi Desa yang Sejahtera, Adil, Makmur, Bersih dan Unggul serta berdayasaing”.

b. Misi

1) Meningkatkan pelayanan terhadap masyarakat

---

<sup>45</sup> *Observasi*, Dusun Ndwel, 09 Maret 2022

- 2) Membangun dan mengembangkan infrastruktur desa untuk meningkatkan ekonomi masyarakat
- 3) Meningkatkan pembinaan kemasyarakatan untuk mencapai kehidupan masyarakat yang aman, tentram, adil dan makmur
- 4) Menggali potensi desa untuk kesejahteraan masyarakat
- 5) Membudidayakan gotong royong
- 6) Meningkatkan sumber daya manusia (SDM) desa perangkat maupun masyarakat
- 7) Memprioritaskan Desa Golo Ndoal sebagai Desa yang unggul dan berdaya asing.<sup>46</sup>

#### 4. Keadaan Sarana dan Prasarana Dusun Ndewel Kecamatan Mbeliling Kabupaten Manggarai Barat

Sarana dan prasarana dalam suatu lembaga masyarakat maupun pendidikan sangat diperlukan dan diutamakan. Adapun sarana dan prasarana yang dimiliki di dusun ndewel pada umumnya yaitu:

---

<sup>46</sup> *Dokumentasi*, Dusun Ndewel, 09 Maret 2022.

**Tabel. 1**  
**Sarana dan prasarana di Dusun Ndewel**

No	Tempat	Jumlah
1.	Masjid Mi'raj Ndewel	1
2.	Mis Nurul Iman Ndewel	1
3.	Mts Nurul Iman Ndewel	1
4.	Ponpes Insaln Kamil Flobamora	1
5.	Postu	1

Sumber data : file data di Dusun Ndewel Kecamatan

Mbeliling<sup>47</sup>

5. Penduduk Dusun Ndewel

**Tabel 2**  
**Jumlah Penduduk Dusun Ndewel**

No	Jenis kelamin	Jumlah
1.	Laki-laki	129
2.	Perempuan	146
		275

Sumber data : file data Dusun Ndewel Kecamatan  
Mbeliling<sup>48</sup>

---

<sup>47</sup> *Observasi*, Dusun Ndewel, 09 Maret 2022.

Tabel 3

Jumlah anak yang berusia 2-4 tahun di Dusun Ndewel

No	Jenis kelamin	Jumlah
1.	Laki-laki	6
2.	Perempuan	4
		10

Sumber data : Ibu Kader Posyandu Dusun Ndewel<sup>49</sup>

Perpustakaan UIN Mataram

---

<sup>48</sup> *Dokumentasi*, Dusun Ndewel, 09 Maret 2022.

<sup>49</sup> Ibu Hasiyah, *Wawancara*, 12 Maret 2022.

**Tabel 4**

Data anak dan orang tua yang akan diwawancarai

No	Nama Anak	Tanggal Lahir	Nama Ibu	Pekerjaan
1.	Salwa Humaerah	10 Januari 2018	Maryam	S1/ Guru
2.	Anaf Hermansyah	20 Maret 2019	Sry Guanarti	SD/Petani
3.	M.Ajrin Saifullah	15 Mei 2018	Siti Hatia	SMA/ Ibu Rumah Tangga
4.	Anaya Kumalasari	01 Juli 2018	Hulaila	SD/ Petani
5.	Anisa Fitrihandayani	20 Agustus 2020	Khotila	SMP/Petani
6.	Haros Imani	10 Februari 2020	Seriyanti	SMA/ Wirausaha
7.	Putri Inarasari	10 Juli 2018	Siti Erni	SMA/ Ibu Rumah Tangga

8.	Rasyifa Pranaya	13 September 20 19	Siti Nurlia	SD / Petani
9.	Risky Mujahid	05 April 2019	Ratna	SMP
10.	Hasbullah Azrin	16 Februari 2018	Emi Nurhaya ti	Guru

Sumber data: Wawancara Ibu Kader Posyandu Dusun

Ndewel<sup>50</sup>

Dari hasil penelitian diatas dapat kita ketahui bersama bahwa dari 10 orang tua yang di wawancara tersebut memiliki pendidikan serta profesi yang berbeda-beda. 2 orang yang memiliki pendidikan serjana atau S1, 4 Orang tua berpendidikan terakhir SMA, 2 orang tua yang berpendidikan terakhir SMP, dan ada 3 orang tua yang berpendidikan terakhir SD.

## **B. Deskripsi hasil penelitian**

Pada tahap awal penelitian, peneliti menggali dan mengumpulkan berbagai informasi mengenai jumlah anak

---

<sup>50</sup> Ibu hasiah (kader posyandu), *wawancara*, 12 maret 2022

yang berusia 2-4 tahun. Dari 10 anak yang berusia 2-4 tahun tersebut peneliti hanya mengambil 6 anak untuk dijadikan sebagai sumber data dengan mewawancarai orang tua dari anak. Adapun mengenai data anak peneliti mendapatkan informasi dari Ibu Kader Posyandu di Dusun Ndewel tersebut.

Selanjutnya peneliti mengumpulkan hasil data yang didapatkan di Dusun Ndewel Desa Golo Ndoal. Adapun data-data yang di dapatkan yaitu terkait dengan sejarah terbentuknya Desa Golo Ndoal di Dusun Ndewel serta sarana yang ada dan jumlah anak yang berusia 2-4 tahun di Dusun Ndewel Desa Golo Ndoal. Setelah mendapatkan data mengenai Desa Golo Ndoal, kemudian peneliti melakukan penelitian pada orang tua anak yang berusia 2-4 tahun dengan menggunakan metode Wawancara, Observasi dan Dokumentasi. Adapun data yang diperoleh sebagai berikut:

## **1. Pemanfaatan Pangan Lokal Sebagai Sumber Pemenuhan Gizi Anak Usia Dini di Dusun Ndewel Kecamatan Mbeliling Kabupaten Manggarai Barat.**

Setiap daerah atau desa itu pasti mempunyai visi dan misi yang baik. Untuk mewujudkan visi dan misi itu pasti dibutuhkan seorang kepala dan anggota-anggota yang berkualitas, semua daerah atau pedesaan menginginkan masyarakat atau penerus untuk mempunyai kualitas yang baik sejak dini, dimana salah satunya yaitu menjadikan masyarakat untuk lebih kreatif terumata dalam pemanfaatan pangan lokal sebagai sumber pemenuhan gizi anak. Pemanfaatan pangan lokal ini dapat diterapkan pada keluarga, masyarakat dan anak sejak dini dengan berbagai kreatif bentuk pangan lokal. Adapun pemanfaatan pangan lokal sebagai sumber pemenuhan gizi anak usia dini di Dusun Ndewel, seperti yang dijelaskan oleh Bidan Ratih yaitu:



*Mengenai pemanfaatan pangan lokal merupakan salah satu panganan yang dibutuhkan untuk mencukupi kebutuhan pertumbuhan dan perkembangan anak, yang harus di terapkan sejak dini. Karena pada setiap pangan lokal mempunyai kandungan nutrisi yang membantu sistem kekebalan tubuh.<sup>51</sup>*

Selanjutnya hal senada yang disampaikan oleh Bapak Nurdin selaku Kepala Dusun di Dusun Ndewel yaitu:

*Di Dusun Ndewel ini rata-rata masyarakatnya masih memanfaatkan pangan lokal sebagai makanan tambahan untuk mencukupi kebutuhan makanan dengan sesuai musim pangan lokal yang ada didaerah ini. berbagai bentuk olahan yang di lakukan oleh masyarakat agar menarik perhatian anak-anak untuk mengkonsumsi panganan lokal tersebut, agar mereka mengkonsumsi pangan lokal sejak dini.<sup>52</sup>*

Dari hasil observasi yang dilakukan peneliti, bahwa masyarakat di Dusun Ndewel memang benar memanfaatkan pangan lokal sebagai makanan tambahan untuk membantu sumber

---

<sup>51</sup> Bidan Ratih (petugas postu), *Wawancara*, di Dusun Ndewel Kec. Mbeliling Kab. Manggarai Barat, 12 Maret 2022.

<sup>52</sup> Nurdin, *Wawancara*, 09 Maret 2022

pemenuhan gizi anak sesuai dengan musim pangan lokal yang ada di daerah itu sendiri.<sup>53</sup>

Selain respon baik yang disampaikan oleh Narasumber diatas, orang tua juga mempunyai respon untuk mendukung tumbuh kembang yang optimal anak salah satu yang dilakukan orang tua di Dusun Ndewel dengan memanfaatkan pangan lokal dengan mengajari anak tata cara hidup sehat dan makanan secara teratur. Sesuai pernyataan wawancara peneliti dengan Ibu Maryam selaku orang tua anak di Dusun Ndewel.

*Menurut saya memberikan makanan pada anak harus dengan tekun untuk memberikan makanan yang bergeizi, seperti memberi gizi seimbang dengan menambah sayur dan buah pada makanan anak. Selain itu saya juga memanfaatkan pangan lokal sebagai makanan tambahan untuk memenuhi kebutuhan.<sup>54</sup>*

Dalam pemenuhan gizi anak orang tua juga harus kreatif dalam memberikan makanan pada

---

<sup>53</sup> Observasi, 10 Maret 2022

<sup>54</sup> Maryam, Wawancara, 10 Maret 2022

anak. Sebagaimana wawancara dengan Ibu khotilah sebagai berikut:

*Saya sebagai orang tua sangat berperan aktif dalam memberikan makanan yang sehat dan bergizi pada anak. Dengan demikian dalam model pemberian makan anak melalui pemanfaatan pangan lokal ini dapat diolah dalam bentuk olahan yang bisa menarik perhatian anak walaupun dalam bentuk sederhana tetapi mampu dikonsumsi oleh anak.<sup>55</sup>*

Hal senada yang disampaikan oleh Ibu Emi Nurhayati sebagai berikut:

*Dalam mengajari anak untuk hidup sehat dan mengkonsumsi pola makanan yang teratur seperti makanan tiga kali dalam sehari serta memberikan asupan gizi yang baik. Saya sebagai orang tua tentunya sangat menjaga kesehatan anak dalam masa pertumbuhannya dengan memberikan makanan 4 sehat 5 sempurna. Ada karbohidrat seperti Nasi, Jagung, dan Ubi. Sehingga saya memanfaatkan pangan lokal yang ada sebagai makanan tambahan untuk membantu pemenuhan gizi anak.<sup>56</sup>*

Hal tersebut didukung oleh pernyataan kader posyandu sebagai informasi dalam penelitian ini yang mengatakan bahwa:

---

<sup>55</sup> Khotila, *Wawmcara*, 10 Maret 2022

<sup>56</sup> Emi Nurhayati, *Wawancara*, 10 Maret 2022

*Makanan tambahan yang berasal dari pangan lokal yaitu yang mengandung gizi dengan melibatkan 4 sehat 5 sempurna yang diberikan kepada anak untuk memenuhi kebutuhan gizi seperti Karbohidrat, Protein, Lemak, dan Vitamin.<sup>57</sup>*

Kandungan gizi pada pemberian makanan tambahan dengan melalui penyediaan pangan lokal perlu diperhatikan agar dapat membantu memenuhi kebutuhan asupan gizi anak usia dini. Kebutuhan zat gizi dapat dilihat dari jenis makanan yang diberikan dan zat gizi seperti zat gizi makro dan mikro. Zat gizi makro dapat dilihat dari beberapa jenis makanan yang mengandung karbohidrat, lemak dan protein. Sedangkan zat gizi mikro dapat dilihat dari makanan yang mengandung vitamin, meinerall dan serat. Berdasarkan hasil wawancara dengan Ibu Siti Nurlia selaku orang tua anak di Dusun Ndwel yaitu:

---

<sup>57</sup> Hasiah, *Wawancara*, 12 Maret 2022.

*Kandungan zat gizi makro dan zat gizi mikro suda tercukupi dalam berian makan makanan tambahan dari pemanfaatn pangan lokal yang diberikan pada anak. Karena dalam memberikan makanan mengandung karbohidrat dari nasi, ubi,dan jagung, protein dari lauk pauk, vitamin dari sayuran dan air putih.<sup>58</sup>*

Hal yang serupa yang disamapaika oleh

Bidan Ratih selaku petugas Postu yaitu:

*Pada pemberian pangan lokal atau makanan tambahan yang diberika pada anak syarat utama untuk makanan yaitu makanan yang sesuai dengan 4 sehat 5 sempurna dan bergizi seimbang dengan tujuan untuk mencukupi kebutuhan gizi anak usia dini.<sup>59</sup>*

Menu makanan berpengaruh dengan

selerah makanan anak yang berbeda-beda pada makanan yang diberikan, dengan demikian orang tua memanfaatkan pangan lokal dengan beragam jenis pangan lokal dan menyediakan bentuk olahan agar menarik perhatian anak. Berdasarkan

---

<sup>58</sup> Siti Nurlia, *Wawancara*, 11 Maret 2022.

<sup>59</sup> Bidan Ratih, *Wawancara*, 12 Maret 2022.

wawancara dengan Ibu Seriyanti selaku orang tua anak yaitu:

*Dalam memberikan makanan pada anak kami sebagai orang tua memberikan penyediaan yang terbaik untuk anak kami, dengan memberikan menu makanan yang mengandung selerah makanan anak untuk mengkonsumsinya walaupun sederhadana yang penting memberikan yang terbaik terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak.<sup>60</sup>*

Adapun yang disampaikan oleh Ibu Ratna yaitu:

*Pangan lokal ini merupakan salah satu pangan yang dapat dikonsumsi untuk memenuhi kebutuhan dalam memberi makanan untuk keluarga, apalagi mudah diperoleh, beragam jenis dan merupakan hasil panen oleh kami sendiri.<sup>61</sup>*

Orang tua sangat memperhatikan kesehatan anak mulai dari usia dalam kandungan, karena kesehatan anak dapat mempengaruhi tahap perkembangan dan pertumbuhan anak. Oleh karena itu pada usia dini anak dibiasakan mengenal dan mengonsumsi makanan-makanan yang bergizi

---

<sup>60</sup> Seriyanti, *Wawancara*, 11 Maret 2022.

<sup>61</sup> Ratna, *Wawancara*, 11 Maret 2022.

selain itu juga membiasakan untuk mengkonsumsi makanan lokal.

Keterangan yang dihasilkan dari beberapa narasumber di atas bahwa dengan melalui observasi yang peneliti lakukan dilapangan orang tua sangat antusias dalam menyediakan makanan bergizi pada anak, dengan memilih pangan lokal sebagai salah satu makanan tambahan atau selingan untuk membantu pemenuhan gizi anak. Dengan memanfaatkan pangan lokal untuk dijadikan berbagai olahan sesuai dengan jenis-jenis pangan lokal yang tersedia.<sup>62</sup>

Berdasarkan dari hasil observasi dan wawancara yang dilakukan peneliti dapat menyimpulkan bahwa menu makanan sehat harus diawali dengan pemilihan bahan makanan dan jenis makanan serta bentuk olahan yang akan dikonsumsi anak, pasti akan berbeda yang

---

<sup>62</sup> *Observasi*, 11 Maret 2022

diberikan setiap orang tua, walaupun dengan penyediaan seadanya sesuai dengan bahan yang ada di daerah itu sendiri. Anak juga dibiasakan untuk menjaga kebersihan seperti mencuci tangan sebelum makana dan dibiasakan berdoa sebelum dan sesudah makan.

## **2. Jenis Pangan Lokal Sebagai Sumber Pemenuhan Gizi AUD di Dusun Ndewel Kec. Mbeliling Kab. Manggarai Barat**

Penerapan jenis-jenis pangan lokal dalam membantuh tumbuh kembang anak atau membantu pemenuhan gizi terhadap anak usia dini dengan memanfaatkan panganan lokal yang ada di alam itu sendiri, seperti Jagung, Ubi Jalar (*Sweet Potato*), Labu Kuning, Pisang, Kangkung, Talas, Kelapa dan lain-lain. Dengan bentuk olahan yang dibuat oleh masyarakat atau orang tua agar menarik perhatian anak untuk mengkonsumsinya, adapun jenis-jenis pangan lokal tersebut adalah:



Jenis-jenis pangan lokal yang ada di Dusun Ndwel yaitu seperti yang dijelaskan oleh orang tua melalui wawancara peneliti sebagai berikut.

Seperti yang disampaikan oleh Ibu Maryam selaku orang tua anak:

*Untuk memenuhi kebutuhan gizi anak salah satu yang kami lakukan sebagai orang tua yaitu memberikan makanan yang sehat kepada anak, dalam hal ini kami sebagai orang tua menyediakan pangan lokal berasal dari beberapa jenis pangan lokal seperti Jagung, Ubi, Pisang, Kangkung, dan lainnya sesuai dengan musimnya.<sup>63</sup>*

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI

Hal senada yang disampaikan oleh Ibu Emi

Nurhayati selaku orang tua Hasbullah Azrin yaitu:

*Saya memilih pangan lokal yang berasal dari ubi jalar sebagai pemenuhan gizi anak. karena selain sumber energi, ubi jalar juga mempunyai kandungan nutrisi untuk menjaga setaminah tubuh pada anak.<sup>64</sup>*

Dari hasil observasi yang telah dilakukan oleh peneliti bahwa Ibu Maryam dan Ibu Emi Nurhayati memanfaatkan pangan lokal sebagai makanan

---

<sup>63</sup> Mariyam, *Wawancara*, 10 Maret 2022

<sup>64</sup> Hulailah, *Wawancara*, 12 Maret 2022

tambahan untuk membantu kebutuhan gizi anak dan keluarga, walaupun Ibu Maryam dan Ibu Emi bekerja sebagai Guru tetapi masih mereka masih menyediakan bahan makanan yang berasal dari pangan lokal dari hasil taman sendiri.<sup>65</sup>

Orang tua memiliki cara sendiri dalam menyiapkan makanan untuk menu makanan anak yang baik dan sehat. Berbagai jenis menu makanan sehat yang di berikan kepada anak seperti nasi, tempe, tahu, telur, sayur, buah dan membawakan air mineral kepada anak serta makanan selingan lainnya. Sesuai dengan pernyataan wawancara peneliti dengan oran tua anak yaitu:

*Ketika saya memenuhi kebutuhan makanan pada anak baik itu dari jenis makan pokok yang berupa nasi atau yang yang mengandung protein, disamping itu kita sebagai orang tua juga tidak hanya fokus pada makanan itu saja melainkan mengenalkan anak untuk mengetahui makanan-makanan lokal yang sering dikonsumsi di daerah sendiri, karena dari*

---

<sup>65</sup> *Observasi*, 10 Maret 2022

*makanan lokal tersebut kita dapat memenuhi kebutuhan gizi pada anak.*<sup>66</sup>

Hal senada yang disampaikan oleh Ibu Khotilah yaitu:

*Untuk jenis pangan lokal yang kami konsumsi ada bermacam-macam. Namun yang sering saya konsumsi untuk keluarga ada pisang, ubi, labu dan kangkung.*<sup>67</sup>

Dari hasil observasi yang telah dilakukan oleh peneliti bahwa memang benar yang disampaikan oleh Ibu Hulailah dan Ibu Khotilah bahwa pangan lokal dapat membantu pertumbuhan dan perkembangan anak sehingga kita sebagai orang tua mengenalkan jenis pangan lokal terhadap anak sejak dini, agar terbiasa hidup sehat.<sup>68</sup>

Seperti yang disampaikan oleh Ibu Ratna yaitu:

*Biasanya anak-anak tidak suka dengan sayuran, sehingga kita sebagai orang tua harus memperkenalkan secara bertahap kepada anak tentang pengetahuan aneka sayuran dan buah-buahan baik itu dari pangan lokal dari daerah itu sendiri atau diluar. Saya juga membentuk makanan*

---

<sup>66</sup> Emi Nurhayati, *Wawancara*, 10 Maret 2022

<sup>67</sup> Khotilah, *Wawancara*, 10 Maret 2022

<sup>68</sup> *Observasi*, 14 Maret 2022

*dengan bentuk yang menarik perhatian anak agar mereka minat untuk mengkonsumsinya karena suka dengan bentuknya, karena saya mengusahakan hindari dan kurangi memberikan makanan dalam bentuk kemasan.<sup>69</sup>*

Selain itu orang tua juga berinisiatif dalam memberikan pangan lokal pada anak dengan mengolah pangan lokal agar menarik perhatian anak. Seperti yang disampaikan oleh ibu Hulailah bahwa:

*Dengan membuat bentuk olahan dari pangan lokal seperti dari pisang buat menjadi kripik, pisang goreng sehingga menarik perhatian anak.<sup>70</sup>*

Makanan ringan juga diperlukan untuk tubuh anak dan membawakan makanan pokok supaya anak dapat memilih makanan sesuai selera untuk memenuhi kebutuhan gizi yang dibutuhkan anak. Hal yang senada yang disampaikan oleh Ibu Seriyanti yaitu:

---

<sup>69</sup> Ratna , *Wawancara*, 11 Maret 2022

<sup>70</sup> Hulailah, *Wawancara*, 12 Maret 2022

*Yaa itu mbak seperti biasanya, memilih menu yang mengandung 4 sehat 5 sempurna. seperti yang tertera dalam buku posyandu, cara khusus saya memilih buah, sayur, ikan, dan lauk lainnya dengan mencari yang masih baru, tidak layu, dan segar.<sup>71</sup>*

Begitupula yang disampaikan oleh ibu kader posyandu bahwa:

*Saya selaku kader posyandu juga sangat mendukung dalam memanfaatkan pangan lokal, selain mudah dijangkau dan tak perlu beli makanan ringan dari yang sudah dikemas. Kita bisa mengolah sendiri pangan lokal yang akan digunakan.<sup>72</sup>*

Dari hasil wawancara dan observasi di atas dapat disimpulkan bahwa pemanfaatan pangan lokal sangat bermanfaat dalam mencukupi kebutuhan masyarakat di Dusun Ndwel, selain sebagai sumber pemenuhan gizi untuk anak juga dapat mengolah menjadi makan selingan.

---

<sup>71</sup> Seriyanti, *Wawancara*, 10 Maret 2022

<sup>72</sup> Hasiah, *Wawancara*, 12 Maret 2022

## **BAB III**

### **PEMBAHASAN**

#### **A. Pemanfaatan Pangan Lokal Sebagai Sumber Pemenuhan Gizi Anak Usia Dini di Dusun Ndwel Kecamatan Mbeliling Kabupaten Manggarai Barat**

Berdasarkan hasil data yang telah diperoleh selama penelitian mengenai pemberian makanan tambahan melalui pemanfaatan pangan lokal sebagai salah satu untuk membantu memenuhi kebutuhan gizi anak usia dini maupun orang tua, dengan memanfaatkan pangan lokal. di Desa telah memberikan program pelayanan sehat dengan mengadakan posyandu dan memberikan asupan makan yang bergizi satu kali dalam satu bulan.

Pemanfaatan ini adalah pilar ketahanan yang tertuju pada pemanfaatan makanan yang dikonsumsi oleh masyarakat maupun didalam keluarga, serta cara kerja tubuh seseorang dalam menyerap makanan dengan memanfaatkan zat gizi dari makanan lokal, sehingga dengan memanfaatkan makanan lokal yang baik, dapat

tercapai dalam kehidupan rumah tangga dengan melihat keadaan terpenuhinya bahan pangan dari segi kuantitas, kualitas, keragaman, zat gizi, dan keterjangkauan agar setiap keluarga dapat hidup sehat, bergizi, aktif, dan produktif.<sup>73</sup>

Pemberian makanan tambahan dengan memanfaatkan pangan lokal mempunyai manfaat yang dapat memperbaiki pola makanan untuk mengubah kebiasaan mengkonsumsi makanan praktis, yaitu dengan memanfaatkan beberapa dari jenis pangan lokal diantaranya :

1) Jagung (*latung*)

Jagung atau *latung* dapat dijadikan bahan pangan, karena jagung memiliki kandungan karbohidrat dan protein yang dapat memberikan energi sehingga membantu sistem kekebalan dalam tubuh. *Latung* ini dapat diolah menjadi

---

<sup>73</sup> Azka khansa hanifah, “pemanfaatan dan pengolahan bahan pangan lokal untuk memaksimalkan gizi keluarga,” KKN-PPM UGM SABU RAIJUA, 2020.hlm. 1.

beranekaragam jenis makanan yang menarik perhatian anak untuk mengkonsumsinya seperti es krim dari jagung, perkedel, bubur jagung, sup jagung dan puding jagung. Namun orang tua anak di Dusun Ndwel hanya mengolah jagung dalam bentuk sederhana untuk dikonsumsi anak usia dini seperti membuat dodol, jagung rebus, jagung bakar, dan dijadikan sayuran. *Latung* tidak dapat dikonsumsi setiap hari, karena memiliki musim tersendiri. *Latung* di Dusun Ndwel biasanya mulai panen pada bulan September sampai awal bulan Januari.

## 2) Ubi jalar (*Tete Wase*)

*Tete wase* adalah bahan makanan yang memiliki rasa manis dan mengandung karbohidrat. *Tete wase* dapat diolah dengan cara direbus, kukus, di panggang atau diolah menjadi kue. Makanan ini rata-rata disenangi



oleh anak, karena sudah memiliki rasa manis tersendiri. Oleh karena itu *Tete wase* dapat menghasilkan tenaga dalam melakukan aktivitas. Adapun hasil Olahannya seperti gambar dibawa ini:



**Gambar 1.1**  
**Hasil Olahan dari Ubi Jalar / *Tete Wase***  
**Menjadi Kue Donat**

### 3) Labu kuning (*Ndisi*)

Labu kuning memiliki kandungan zat gizi yang banyak seperti serat, vitamin, mineral, dan juga air sehingga dapat bermanfaat bagi kesehatan. Labu kuning dapat diolah dalam bentuk sayur-sayuran seperti sayur sup, sayur lodeh, dan sayur asem. Labu kuning juga dapat diolah menjadi jenis cemilan yang menarik perhatian

anak untuk dikonsumsi seperti puding labu kuning, donat labu kuning, lemet labu kuning dan tergantung kreatif dari orang tua anak. Akan tetapi orang tua anak di Dusun Ndwel mengolah labu kuning untuk dikonsumsi anak usia dini seperti membuat puding labu kuning, direbus, donat labu kuning, sayur sup dan lemet labu kuning.



**Gambar 1.2**  
**Hasil Olahan dari Labu Kuning/Ndisi**  
**(Lemet)**

#### 4) Kangkung (*Nggako*)

Kangkung merupakan sayuran yang paling disenangi oleh anak. Jenis sayuran ini kaya akan manfaat baik itu untuk pencernaan,

menunjang kesehatan mata, menjaga daya tahan tubuh, meningkatkan kualitas otak anak dan lain-lain. Kangkung dapat diolah dalam bentuk sayur-sayuran seperti tumis kangkung, pelecing kangkung, dan dijadikana bakwan. Oleh karena itu kreativitas orang dalam mengolah menu makanan sangat penting agar anak tidak merasa bosan, akan tetapi kebiasaan yang dilakukan orang tua anak di Dusun Ndwel mengolah sayuran kangkung dalam bentuk sederhana seperti tumis kangkung, kangkung bening, membuat bakwan dan dicampur bubur untuk anak Mpasi.

##### 5) Kelapa (*Nio*)

Sebagian besar anak-anak suka dengan hal-hal yang terasa manis, kelapa dapat diolah menjadi minuman yang segar, santan dan juga dapat diolah menjadi *Mina nio* atau minyak kelapa untuk dijadikan obat. Kelapa pada umumnya

dijadikan campuran dalam beberapa makanan olahan tertentu seperti kue putu, dadar guling, ondel-ondel, urap sayur, serundeng kelapa. Namun orang tua anak di Dusun Ndewel hanya mengolah kelapa untuk dikonsumsi anak usia dini seperti logosari, wajik, Agar-agar, dan kue range. Seperti hasil olahan dibawah ini :



**Gambar 1.3**

**Kue Range Hasil Olahan dari Kelapa / Nio**

6) Pisang (*Muku*)

Pisang banyak mengandung nutrisi, vitamin dan mineral yang dapat meningkatkan imunitas atau kekebalan tubuh dan melancarkan pencernaan. Bentuk olahan yang berasal dari pisang memiliki beranekaragam jenis di antaranya pisang coklat, bolu pisang, pisang bakar, pisang

rebus, kripik pisang, es krim pisang dan dapat dijadikan jus pisang. Namun yang sering diolah oleh orang tua anak seperti pisang bakar, pisang rebus, bolu pisang, pisang goreng dan kripik pisang. Seperti hasil olahan berikut ini :



**Gambar 1.4**  
**Hasil Olahan Dari Pisang/Muku Menjadi**  
**Pisanag Goreng**

7) Singkong (*Tete Wogor*)

Kandungan utama singkong adalah karbohidrat sebagai sumber energi untuk tubuh anak maupun orang dewasa. Dalam singkong juga mengandung vitamin C yang mendukung kekebalan tubuh dan kesehatan kulit anak. Singkong dapat diolah menjadi anekaragam seperti Donat, Tape, Bubur, Ondel-Ondel dan

lainnya. Namun orang tua anak di dusun Ndewel hanya mengolah yang sederhana saja seperti singkong rebus, lemet singkong, songkol dan membuat kolak. Seperti pada gambar dibawah ini :



**Gambar 1.5**  
**Hasil Olahan Dari Singkong/Tete Wogor Menjadi Kolak**

Adapun hasil temuan saat melaksanakan penelitian bahwa orang tua sangat antusias dalam memanfaatkan pangan lokal untuk dijadikan dan dikonsumsi sebagai salah satu makanan tambahan dalam membantu pemenuhan gizi anak. Seperti yang disampaikan oleh Ruslianti bahwa makanan adalah kebutuhan terpenting dalam kehidupan manusia, dengan berbagai jenis makanan yang diperoleh dan bentuk pengolahannya. Digolongan masyarakat sering

disebut dengan kebiasaan makan di masyarakat serta tempat tinggal anak. Makanan yang dikonsumsi oleh kelompok masyarakat tentunya akan menjadi pola makanan bagi anak-anak. Pemberian pola makanan juga berpengaruh terhadap penyediaan macam-macam makanan, karena seorang anak memiliki nafsu makan yang sesuai dengan pembentukan dari kebiasaan masyarakat dan orang tua dalam menyediakan makanan pada anak. Saat menyiapkan makanan untuk anak, hal ini perlu diperhatikan selain dari kebutuhan nutrisi agar anak tetap hidup sehat dan tumbuh kembang sesuai dengan tahap perkembangannya. Kecukupan zat gizi tersebut dapat mempengaruhi kecerdasan anak, oleh sebab itu pengetahuan dalam mengelola makanan sangat penting untuk kesehatan anak.<sup>74</sup>

Dari hasil wawancara dan observasi yang telah dilakukan oleh peneliti bahwa rata-rata orang tua di

---

<sup>74</sup> Rusilanti, dkk. *Gizi dan kesehatan anak pra sekolah*, (Bandung:PT Remaja Rosdakarya, 2015), hlm. 1.

Dusun Ndewel memanfaatkan pangan lokal sebagai makanan tambahan untuk anak. Namun pemanfaatan pangan lokal di Dusun Ndewel belum terintegrasi seperti makanan modern, karena orang tua masih minim pengetahuan dalam mengkreasikan bentuk olahan dari pangan lokal. Sehingga orang tua hanya mengolah yang sering mereka kelolah.

**B. Jenis pangan lokal apa saja sebagai sumber pemenuhan gizi AUD di Dusun Ndewel Kec. Mbeliling Kab. Manggarai Barat**

Penerapan jenis-jenis pangan lokal dalam membantuh tumbuh kembang anak atau membantu pemenuhan gizi terhadap anak usia dini dengan memanfaatkan panganan lokal yang ada di alam itu sendiri, seperti jagung, ubi jalar (sweet potato), labu kuning, pisang, kangkung, kelapa dan lain-lain. Dengan bentuk olahan yang dibuat oleh masyarakat atau orang tua agar menarik perhatian anak untuk mengkonsumsinya. Karena setiap anak memiliki sifat



yang berbeda-beda dalam menyukai makanan sehingga orang tua sangat berperan penting dalam mencukupi kebutuhan anak.<sup>75</sup>

Tan menjelaskan tentang keluarga membutuhkan makanan yang sehat dan bergizi seimbang. Seiring dengan pertumbuhan dan perkembangan anak, kebutuhan akan pangan yang sehat sangat perlu dipenuhi agar dapat mengoptimalkan dengan baik, salah satunya dengan penerapan pedoman gizi seimbang. Keseimbangan dalam hal ini yaitu tidak berlebihan, tidak kekurangan cukup untuk memenuhi kebutuhan. Namun, kini banyak orang yang lupa bahwa hidup sehat memerlukan makan makanan yang bergizi, yang tidak harus mahal, karena makanan yang sehat adalah makanan yang lebih mendekati bentuk aslinya dari alam. Dengan demikian, makanan yang sehat dan bergizi untuk anak yaitu dengan

---

<sup>75</sup>[https://kksnaburajjua.wg.ugm.ac.id/wp-content/uploads/sites/1347/2020/08/Azka-Khansa-Hanifah\\_412202\\_Gizi-Kesehatan\\_SUBUNIT-2\\_booklet-pemanfaatan-dan-pengolahan-bahan-pangan-lokal-untuk-memaksimalkan-gizi-keluarga.pdf](https://kksnaburajjua.wg.ugm.ac.id/wp-content/uploads/sites/1347/2020/08/Azka-Khansa-Hanifah_412202_Gizi-Kesehatan_SUBUNIT-2_booklet-pemanfaatan-dan-pengolahan-bahan-pangan-lokal-untuk-memaksimalkan-gizi-keluarga.pdf). Diakses Tanggal 17 September 2021, Pukul 16:20

menggunakan bahan-bahan alami dengan memanfaatkan jenis pangan lokal yang ada disetiap daerah itu sendiri.<sup>76</sup> Diantaranya sebagai berikut:

#### 1. Jagung (*Latung*)

Jagung merupakan salah satu tumbuhan yang dapat dijadikan sebagai bahan pangan, yang berupa biji-bijian dan banyak mengandung karbohidrat. Karbohidrat adalah gizi terpenting yang dibutuhkan manusia, karena dapat memberikan energi sehingga mampu melakukan aktivitas dengan baik. Selain sebagai sumber energi, jagung juga mengandung banyak protein dan nutrisi lain yang penting untuk membantu sistem kekebalan dalam tubuh seperti serat makanan, asam lemak esensial, berbagai jenis mineral, antosianin, beta-karoten (provitamin A), dan asam amino esensial. Oleh karena itu, jagung

---

76

<https://www.kemenpppa.go.id/index.php/page/read/29/2790/manfaatkan-pangan-lokal-untuk-penuhi-kebutuhan-gizi-anak>. Diakses Tanggal 18 September 2021. Pukul 19:35.

dijadikan sebagai makanan yang sehat karena dengan kandungan nutrisinya. Serat makanan dalam jagung dapat menurunkan kadar kolesterol darah. Kolesterol adalah lemak yang membahayakan dalam organ kita, apabila kapasitasnya berlebihan akan menyebabkan kerusakan pada jantung dan pembuluh darah dalam tubuh. Pada saat yang sama vitamin A dan vitamin E yang dimiliki oleh jagung kuning dapat digunakan sebagai antioksidan alami. Antioksidan merupakan zat yang membantu sistem ketahanan tubuh kita agar mampu mencegah bakteri dan virus yang berbahaya masuk di dalam tubuh.

## 2. Ubi jalar (*Tete wase*)

Ubi jalar merupakan bahan makanan yang digunakan sebagai sumber energi dan lebih banyak mengandung karbohidrat, sehingga dapat dimanfaatkan sebagai makanan pokok. Ubi jalar ini memiliki rasa yang sangat manis dan

mempunyai nutrisi yang terdiri dari protein, serat, lemak, berbagai mineral, vitamin A, vitamin B, vitamin C, dan vitamin lainnya. Ubi jalar jenis ini juga mampu mencukupi penyediaan nutrisi untuk menjaga stamina tubuh, dengan zat yang diperoleh dari ubi jalar mampu mengurangi terjadinya penyakit, menghasilkan tenaga dalam melakukan aktivitas, mencegah virus dan bakteri, serta meningkatkan daya tahan tubuh. Ubi jalar merah-oranye menunjukkan kandungan *beta-karoten* yang lebih tinggi dibandingkan jenis ubi lainnya.

*Beta karoten* merupakan zat yang membuat bentuk makanan tampak oranye alami, dengan demikian mampu mencegah terjadinya penyakit mata sehingga mata tetap sehat.

### 3. Labu kuning (*Ndisi*)

Labu kuning termasuk dalam kelompok buah-buahan dan merupakan satu-satunya yang awet atau tahan lama apabila disimpan pada

tempat yang bersih dan kering. Labu ini memiliki rasa yang unik, tidak seperti buah lainnya, tidak terlalu manis dan lebih membuat kenyang. Buah ini dapat diolah menjadi berbagai jenis makanan seperti sayur lodeh, sayur asem, sup, dodol, maupun manisan karena rasanya yang enak dan teksturnya lembut ketika dimakan. Labu kuning mengandung zat gizi yang banyak seperti serat, vitamin, mineral, dan juga air sehingga dapat bermanfaat bagi kesehatan. Labu kuning juga dikenal sebagai rajanya *beta-karoten* karena mengandung zat *beta-karoten* dalam jumlah yang banyak dan memiliki sifat antioksidan yaitu melindungi tubuh dari kerusakan dengan cara meningkatkan sistem kekebalan tubuh, serta melindungi dari kerusakan akibat sinar matahari yang terlalu banyak dan mencegah terjadinya penyakit jantung dan kanker.

#### 4. Kangkung (*Nggako*)

Kangkung merupakan sayuran yang dikonsumsi oleh semua masyarakat, hidup di daerah tropis dan subtropics. Kangkung ini dikelompokkan kedalam famili *convolvulaceace* yang sering disebut sebagai kangkung-kangkungan, dengan batangnya yang lengket dan berlubang didalamnya. Kangkung dikenal dengan sayuran hijaunya yang kaya akan vitamin dan mineral, serta sangat mudah ditanam. Adapun bagian terpenting dari tanaman kangkung adalah batang dan pucuknya yang mudah dijadikan sebagai sayuran. Manfaat dari kangkung, yaitu memiliki kandungan zat besi yang ada di dalamnya untuk mencegah terjadinya anemia (kurang darah merah), sehingga menyebabkan lemah, lesu, dan pusing dengan cara menambahkan pembentukan sel darah merah, kandungan vitamin A, *karote* dan *lutein* dalam kangkung berguna sebagai obat yang menyelamatkan mata dan mencegah katarak (kondisi

mata yang hampir buta karena lensa mata keruh atau buram), dan kandungan vitamin B kompleks dan *omega* 3 dalam kangkung mampu membantu kinerja otak menjadi lebih baik. Sehingga kangkung sangat bagus dikonsumsi oleh anak-anak pada masa pertumbuhan dan perkembangannya, karena mampu meningkatkan kecerdasan pada otak anak.

#### 5. Kelapa (*Nio*)

Kelapa adalah buah dari tanaman tropis yang unik karena daging buahnya dapat langsung dimakan dan kandungan airnya dapat langsung diminum tanpa perlu diolah. Kelapa sudah sangat terkenal khasiatnya maupun rasanya yang nikmat. Daging dari buah kelapa ini biasanya dijadikan es yang segar dan jenis minuman lainnya. Selain enak dan menyegarkan, kelapa juga mengandung manfaat yang luar biasa bagi kesehatan, serta sangat baik untuk ibu yang sedang hamil. Buah

dan air kelapa dapat menyebabkan penyakit infeksi saluran kencing yaitu penyakit yang menyebabkan rasa sakit ketika buang air kecil. Air kelapa mengandung banyak mineral yang dapat mengatur tekanan darah, mengobati cacangan, melawan virus penyebab penyakit, mengobati penderita demam berdarah, dan bermanfaat bagi janin jika dikonsumsi oleh ibu hamil.

#### 6. Pisang (*Muku*)

Pisang merupakan salah satu buah yang dikenal luas di Indonesia. Selain memiliki rasa yang enak, pisang mempunyai banyak manfaat bagi kesehatan untuk tubuh kita bagi yang mengkonsumsinya. Pisang banyak mengandung nutrisi, vitamin, dan mineral yang dapat meningkatkan imunitas atau kekebalan tubuh apalagi di masa pandemi seperti sekarang ini. Salah satu cara untuk meningkatkan konsumsi pisang adalah dengan melakukan diversifikasi



olahan pisang menjadi produk makanan yang menarik, enak, dan bermanfaat. Prayudi mengatakan pengembangan produk olahan pisang dapat mendukung diversifikasi pangan lokal karena Pisang merupakan salah satu bahan pangan alternative yang memenuhi kebutuhan kalori, selain dari ubi kayu, ubi jalar, keladi, kentang, sagu dan sebagiannya.<sup>77</sup>

#### 7. Singkong (*Tete Wogor*)

Singkong merupakan salah satu jenis umbi-umbian yang padat nutrisi. Singkong dapat diolah menjadi berbagai macam menu makanan, cemilan hingga bahan masakan, seperti tepung. Singkong juga mengandung beragam nutrisi seperti karbohidarat, serat, protein, gula hingga vitamin, termasuk vitamin A, vitamin B, dan vitamin C. Singkong baik dikonsumsi untuk memenuhi asupan sehari-hari atau sebagai

---

<sup>77</sup> <https://new.litbang.pertanian.go.id/info-teknologi/4109/>. Diakses tanggal 21 september 2021. Pukul 08:02.

pengganti nasi. Sehingga mampu membuat rasa kenyang lebih lama. Kandungan vitamin C pada singkong memiliki efek antioksidan dan untuk menjaga daya tahan tubuh tetap kuat, sedangkan kandungan kalium pada singkong berperan penting untuk mengontrol tekanan darah. Selain itu, singkong juga mengandung serat, protein, dan antioksidan yang mampu mencegah dan mengatasi sembelit serta menurunkan penyakit diabetes dan penyakit jantung.<sup>78</sup>

Menu makanan sehat adalah susunan hidangan yang siap disajikan sebagai makanan yang higienis serta mengandung gizi. Syarat makanan sehat yaitu:

- a) Menu yang disediakan mengandung kalori sesuai yang dibutuhkan tubuh pada usia anak, aktivitas, kondisi dan individu,

---

<sup>78</sup> <https://umkmalbar.id/info-umkm/jenis-umbi-umbian-serta-khasiatnya/>. Diakses tanggal 05 februari 2022, pukul 13:08

- b) mengandung vitamin dalam menu makanan yang akan dikonsumsi
- c) Mengandung mineral dan air
- d) Kebutuhan komponen-komponen makanan, seperti karbohidrat, lemak, dan protein harus seimbang.
- e) Memilih makanan yang mudah dicerna oleh alat pencernaan
- f) Tidak bersifat meracuni
- g) Makanan bisa dibentuk secara menarik dan rasa yang enak.

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi yang dilakukan peneliti, pemenuhan gizi anak dapat terpenuhi dengan menggunakan bahan makanan sehat dan alami. Karena di Dusun Ndewel orang tua memanfaatkan pangan lokal yang mengandung karbohidrat. Sehingga dengan tersedianya pangan lokal ini mampu memberikan keuntungan bagi Ibu-ibu rumah tangga dalam berkreasi untuk mengolah menjadi

makanan bergizi bagi anak agar mereka tidak merasa bosan. Namun tetap mengonsumsi makan sehat setiap hari. Memberi makanan yang bergizi pada anak juga tentang bahan-bahan makanan yang terkandung di dalamnya. Oleh sebab itu, dalam memberikan makanan pada keluarga khususnya pada anak dapat memanfaatkan bahan-bahan yang alami, seperti Jagung (*Latung*), Ubi Jalar (*Tete Wase*), Singkong (*Tete Wogor*), Pisang (*Muku*), Labu Kuning (*Ndisi*), Kangkung (*Nggako*), dan lainnya. Hal ini juga dapat meningkatkan kreativitas Ibu-ibu dalam mengolah makanan sehat, bergizi, dan tidak mengandung bahan pengawet makanan. Dengan demikian anak dapat mengonsumsi yang mengandung bahan alami.

## BAB IV

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang pemanfaatan pangan lokal sebagai sumber pemenuhan gizi anak usia dini di Dusun Ndewel kecamatan Mbeliling kabupaten manggarai barat maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

Pertama, Pemanfaatan pangan lokal sebagai sumber pemenuhan gizi anak usia dini di Dusun Ndewel.

Bisa dilihat dari pemberian makan pada anak yang bukan hanya saja memberikan asupan makanan berupa

nasi, daging, serta makanan lainnya yang mengandung 4 sehat 5 sempurna melainkan juga dengan memanfaatkan

pangan lokal Seperti:

Jagung (*latung*) ini dapat diolah seperti membuat dodo,

rebus, bakar, dan dijadikan sayuran, Ubi jalar (*Tete Wase*)

dapat diolah dengan cara direbus, kukus, di panggang atau

diolah menjadi kue, Labu kuning (*Ndisi*) dapat diolah

dalam bentuk sayur-sayuran, Kangkung (*Nggako*) dapat

dijadikan sayur-sayuran, Kelapa (*Nio*) dapat diolah menjadi *Mina nio* atau minyak kelapa untuk dijadikan obat dan menjadi minuman yang segar, Pisang (*Muku*) Bentuk olahan yang berasal dari pisang sangat banyak tergantung dari orang tua dalam kreatif untuk membuat olahan yang menarik perhatian anak dan Singkong (*Tete Wogor*) Singkong dapat diolah menjadi anekaragam seperti Donat, Tape, Bubur, Ondel-Ondel dan lainnya. Namun orang tua hanya mengolah yang sederhana saja seperti direbus, membuat kolak, lemet dan digoreng. Sehingga kebutuhan gizi anak di Dusun Ndewel cukup baik terdiri dari karbohidrat, protein, vitamin dan mineral.

Kedua, jenis-jenis pangan lokal sebagai sumber pemenuhan gizi anak usia dini di Dusun Ndewel Kec. Mbeliling Kab. Manggarai barat. Disini orang tua maupun masyarakat memanfaatkan beberapa jenis pangan lokal untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan serta memenuhi kebutuhan asupan gizi terhadap anak, dengan membuat bentuk olahan yang akan disenangi oleh anak.

Sehingga orang tua harus berperan aktif agar anak tetap hidup sehat.

## **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian diatas dan pembahasan tentang pemanfaatan pangan lokal sebagai sumber pemenuhan gizi anak usia dini di dusun ndewel kecamatan mbeliling kabupaten manggarai barat. Peneliti mengajukan beberapa saran yaitu:

### 1. Orang tua

Orang tua sangat berperan aktif dalam pertumbuhan anak. oleh karena itu, pemberian nutrisi terhadap anak harus diperhatikan sejak dini agar pemenuhan gizi anak dapat terpenuhi dan orang tua tetap rutin memeriksakan kesehatan anak pada saat posyandu untuk mengecek pertumbuhan dan perkembangan anak.

### 2. Kader posyandu

Dalam melaksanakan kegiatan posyandu ibu kader lebih kreatif lagi dalam mengolah pangan lokal agar anak tidak bosan dalam mengkonsumsinya.



Perpustakaan UIN Mataram



## DAFTAR PUSTAKA

- Abdurrahmat Fathoni, *Metode Penelitian Dan Teknik Penyusunan Skripsi*. Jakarta: Rineka Cipta, 2011, hlm.104
- Adi Sumarsosno, dkk. “*Program Kemitraan Masyarakat: Pemanfaatan pangan lokal sebagai sumber asupan gizi bagi balita prasejahtera daerah perbatasan di Kabupaten Merauke*”, jurnal pengabdian pada masyarakat: vol 5 (3): 258-265. November 2019
- Ahmad Jauhari, *Dasar-Dasar Ilmu Gizi*, Yogyakarta: Jaya Ilmu, 2015, hlm. 248-251.
- Ahmad Suhaimi, DEA. *Pangan, Gizi, Dan Kesehatan*. Yogyakarta: Cv Budi Utama, 2019, hlm. 7-8
- Asmoro Achmadi, *Makanan Halal Thayyiban*. Semarang: Puslit Iain Walisongo Semarang, 2008, hlm.94
- Azka Khansa Hanifah. *Pemanfaatan dan pengolahan bahan pangan lokal untuk memaksimalkan gizi keluarga*. KKN-PPM UGM SABU RAIJUA, 2020, hlm.1.
- Azroil Ula Al Etivali, Alaika M. Bagas Kurnia, Pendidikan Anak Usia Dini, Jurnal Penelitian Medan Agama Vol. 10, No. 2, 2019, hlm. 232-235
- Badan Bimnas Ketahanan Pangan. *Model Pemberdayaan Masyarakat Untuk Mewujudkan Ketahanan Pangan*. Jakarta: Departemen Pertanian, 2004, hlm.7
- Conny R. Semiawan, *Metode Penelitian Kualitatif*, hlm.5

Desi Lestari, “Pemahaman Orangtua Tentang Pemenuhan Gizi Anak Melalui Lunch Box (Bekal Makanan) Di Kelompok Bermain IT Sekargading Semarang”, *Skripsi*, FIP UNNES, Semarang 2017, hlm. Viii

Djam'an dan Aan, *Metodelogi Penelitian Kualitatif*, Bandung:Alfabeta, 2014, hlm.104-105.

Dra. Lilis Madyawati, *Strategi Pengembangan Bahasa Pada Anak*, Jakarta: Kencana, 2016, hlm. 2

[https://kksaburajua.wg.ugm.ac.id/wp-content/uploads/sites/1347/2020/08/Azka-Khansa-Hanifah\\_412202\\_Gizi-Kesehatan\\_SUBUNIT-2\\_Booklet-Pemanfaatan-dan-Pengolahan-Bahan-Pangan-Lokal-untuk-Memaksimalkan-Gizi-Keluarga.pdf](https://kksaburajua.wg.ugm.ac.id/wp-content/uploads/sites/1347/2020/08/Azka-Khansa-Hanifah_412202_Gizi-Kesehatan_SUBUNIT-2_Booklet-Pemanfaatan-dan-Pengolahan-Bahan-Pangan-Lokal-untuk-Memaksimalkan-Gizi-Keluarga.pdf). Diakses Tanggal 17 September 2021, Pukul 16:20

<https://new.litbang.pertanian.go.id/info-teknologi/4109/>. Diakses tanggal 21 september 2021. Pukul 08:02.

<https://tafsiralquran.id/surah-al-baqarah-2-ayat-168-anjuran-makan-makanan-halal-dan-bergizi/>. Diakses Tanggal 20 November 2021. Pukul 16:46

<https://umkmalbar.id/info-umkm/jenis-umbi-umbian-serta-khasiatnya/>. Diakses tanggal 05 februari 2022, pukul 13:08

<https://www.jagapati.com/artikel/Manfaat-Umbi-Talas-Bagi-Kesehatan.html>. diakses pada tanggal 05 pukul 14-30

<https://www.kemenpppa.go.id/index.php/page/read/29/2790/manfaatkan-pangan-lokal-untuk-penuhi-kebutuhan-gizi-anak>. Diakses Tanggal 18 September 2021. Pukul 19:35.

- Inggit Dwi Lestari, Upaya Pembiasaan Mengkonsumsi Makanan Sehat Melalui Variasi Kudapan Sehat pada Anak Kelas Kecil Di Playgroup Milas, skripsi, Fakultas Teknik Universitas Negeri Yogyakarta, 2012, hlm. 1.
- Ismi Maulida Yulianti, “Pemahaman Orang Tua Tentang Pemenuhan Gizi Anak Melalui Kegiatan Lunch Box Di Kelompok Bermain Manda Wonosari Ngaliyan”, *Skripsi*, FTKIP Universitas Negeri Walisongo Semarang, 2019, hlm. 19-21
- Lampiran Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 75 Tahun 2013 Tentang Angka Kecukupan Gizi yang Dianjurkan Bagi Bangsa.
- Leily Amalia Furkon, *Ilmu Kesehatan Dan Gizi* , (Tangerang Selatan: Universitas Terbuka, 2013), Hlm. 1-3
- Lexi J. Meleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Bandung: Alfa Beta, 2016, hlm. 157
- Lili Zulaiha, Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Pada Anak Kelompok A1 Di Paud Al-Qonita Palangka Raya, (*Skripsi*, Institute Agama Islam Negeri Palangka Raya, 2020), hlm. 56-60.
- Maria Sambriang, “*Peningkatan status gizi anak melalui pendekatan pemberdayaan keluarga dalam memanfaatkan pangan lokal*”, Kupang: Jurnal Kesehatan Primer, Vol 6, No 1 Mei pp. 53
- Muhammad Kasim Aided, dkk, “Pengaruh Pemberian Pola Makanan Sehat Terhadap Status Gizi Anak Didik TK Bunga Asya, Jurnal Scientific Pinisi, 2017, Vol. 3, Nomor. 1, (17-26), hlm. 17.
- Pujiati Utami, Sulistyani Budiningsih. “*Potensi dan Ketersediaan Bahan Pangan Lokal Sumber Karbohidrat Non Beras di*

*Kabupaten Banyumas*". Jurnal Dinamika Ekonomi & Bisnis, Vol. 12

Rusilanti dkk. *Gizi dan Kesehatan Anak Pra Sekolah*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2015), hlm. 153.

Ruslan Ahmad, *Metode Penelitian Kualitatif*, Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2014, hlm.15.

Saija, Sri Lestari, Abas Yusuf, *Peningkatan Pemahaman Gizi Seimbang pada Anak Usia 5-6 tahun di taman Kanak-kanak* : Pendidikan Anak Usia Dini FKIP UNTAN Pontianak, hlm. 4

Soegeng Santoso Dan Anne Lies Ranti. *Kesehatan dan Gizi*, Jakarta: Rineka Cipta, 2013, hlm. 107

Sukmadinata, *Metode Penelitian Pendidikan*, Bandung: Remaja Rosdakarya, 2014, hlm.11.

Tika Kustiarasari, *Peran Pendidikan Anak Usia Dini Terhadap Sosialisasi Anak di Dalam Keluarga*, Skripsi, Fakultas Ilmu Sosial Dal Ilmu Sosiologi Depok, 2011, Hlm. 39-41.

Ulbar Silalahi, *Metode Penelitian Sosial*, Bandung: PT. Refika Aditam, 2010, hlm.312

Wafa Aerin, "Pemenuhan Gizi Anak Melalui Program Makan Sehat di Tk Irsyad Al Islamiyyah Purwokerto", *skripsi*, FTIK IAIN Purwokerto, 2019, hlm. 1-2

# LAMPIRAN



Perpustakaan **UIN Mataram**

Lampiran 1

Pedoman Observasi

Pemanfaatan Pangan Lokal Sebagai Sumber Pemenuhan Gizi  
Anak Usia Dini di Dusun Ndedwel Kecamatan Mbeliling  
Kabupaten Manggarai Barat

NO	ASPEK YANG DIAMATI	INDIKATOR	YA	TIDAK	KET
1.	Bagaimana Pemanfaatan pangan lokal sebagai sumber pemenuhan gizi anak usia dini	a. Mengamati perkembangan anak	✓		Orang tua dapat mengamati perkembangan anak
		b. Membantu tumbuh kembang anak	✓		Orang tua dapat membantu tumbuh kembang anak
		c. Memberikan pemahaman yang baik terhadap anak	✓		Orang tua mampu memberikana pemahaman makanan yang baik terhadap anak

		d. Menjaga kesehatan anak	✓		Orang tua mampu menjaga kesehatan anak
2.	Jenis pangan lokal apa saja sebagai sumber pemenuhan gizi AUD	a. Mengenalkan anak dalam beberapa jenis pangan lokal	✓		Orang tua bisa mengenalkan kepada anak dalam beberapa jenis pangan lokal.
		b. Membiasakan anak mengkonsumsi pangan lokal	✓		Orang tua membiasakan anak untuk mengkonsumsi pangan lokal
		c. Menarik perhatian anak			
		d. Memenuhi kebutuhan anak	✓		Orang tua dapat memenuhi kebutuhan anak

Lampiran 2

Pedoman wawancara

NO	Komponen	Sub komponen	Narasumber
1.	Mengetahui pemanfaatan pangan lokal sebagai sumber pemenuhan gizi anak usia dini	<p>a. Pangan lokal yang bisa dimanfaatkan dalam pemenuhan gizi anak</p> <p>b. Pengolahan pangan lokal dalam pemenuhan gizi anak</p> <p>c. Faktor penghambat dalam pengolahan pangan lokal</p>	Orang tua, kader posyandu dan bidan di Dusun Ndwel



2.	Mengetahui jenis pangan lokal apa saja sebagai sumber pemenuhan gizi anak usia dini	a. Jenis pangan lokal yang sering dikelolah dalam rumah tangga sebagai pemenuhan gizi anak	Orang tua, kader posyandu dan bidan di Dusun Ndewel
		b. Pengolahan jenis pangan lokal yang dikonsumsi untuk menarik perhatian anak	
		c. Pihak-pihak yang membantu dalam membantu pengolahan jenis pangan lokal	

### Lampiran 3

#### Hasil Wawancara dengan Orang Tua di Dusun Ndwel Kecamatan Mbeliling Kabupaten Manggarai Barat

Iforman I

Hari : Kamis, 10 Maret 2022

Nama : Ibu Maryam ( Orang Tua Salwa Humaerah)

Lokasi : Dusun Ndwel

Peneliti	Informan
Bagaimana model pemanfaatan pangan lokal yang di berikan pada anak dalam pemenuhan gizi anak?	Dalam pemberian makanan pada anak, disini saya sebagai orang tua memaksimal pemberian makanan pada anak agar tidak terpaku pada nasi, sehingga saya memberikan makanan selingan terhadap anak dengan memanfaatkan pangan lokal ada untuk di jadikan sala satu makanan.
Apakah setiap hari ibu mengkonsumsi pangan lokal untuk diberikan pada	Tidak, Kalau untuk pemberian makanan lokal saya hanya

<p>anak?</p>	<p>mengkonsum 2 kali dalam 1 minggu.          Karena apabila dikonsumsi setiap hari titik kebosanan anak akan muncul dalam mengkonsumsi pangan lokal</p>
<p>Upaya yang di lakukan ibu agar anak tertarik pada pangan lokal?</p>	<p>Disini saya hanya melakukan dengan hal yang sederhana saja, karena pada umumnya anak-anak suka dengan rasa yang manis-manis. Sehingga disaat mengolah pangan lokal saya membentuk olahan dengan memberi rasa manis, sesuai dengan jenis pangan lokal yang akan di konsumsi.</p>

<p>Jenis pangan lokal apa yang sering ibu konsumsi untuk pemenuhan gizi anak?</p>	<p>Biasannya kami sering mengkonsumsi ubi kayu dan pisang, karena saat ini pangan lokal tersebut masih dengan musimnya. Jadi kami sebagai orang tua memanfaatkan pangan lokal tersebut untuk menjadi makanan tambahan pada anak dan keluarga.</p>
<p>Bagaimana cara ibu untuk mengetahui pertumbuhan anak secara teratur ?</p>	<p>Untuk itu saya selalu ke posyandu untuk memeriksa kesehatan anak 1 kali dalam sebulan agar memastikan pertumbuhan dan perkembangan anak baik melalui pemeriksaan berat badan dan tinggi badan .</p>

**Hasil Wawancara dengan Orang Tua di Dusun Ndwel  
Kecamatan Mbeliling Kabupaten Manggarai Barat**

Informan II

Hari : Jum'at, 11 Maret 2022

Nama : Ibu Seriyanti (Orang Tua Haros Imani )

Lokasi : Dusun Ndwel

Peneliti	Informan
<p>Bagaimana model pemanfaatan pangan lokal yang di berikan pada anak dalam pemenuhan gizi anak?</p>	<p>Kalau untuk model pemberian pangan lokal ini mbak, tergantung dari kami sebagai orang tua untuk memberikan kepada anak, biasanya dibuat dengan bentuk yang bisa menarik perhatian anak walaupun dalam bentuk sederhana tetapi mampu memberikan kepada anak. Selain itu juga dengan memberi rasa manis sehingga anak menyukainya.</p>
<p>Apakah setiap hari ibu mengkonsumsi pangan lokal untuk diberikan pada anak?</p>	<p>Tidak, karena saya hanya mengkonsumsi pangan lokal ini sebagai makana selingan. Jadi saya mengkonsumsinya dalam waktu tertentu</p>

	saja.
Bagaimana Upaya yang dilakukan ibu agar anak tertarik pada pangan lokal?	Dengan memberikan anak makanan 4 sehat 5 sempurna. Ada karbohidratnya seperti nasi, jagung, kentang, dan ubi. Anak saya suka makan jagung dan umbi mbak, selain itu saya mengusahakan kepada anak untuk makan sayuran setiap hari dan mengkonsumsi buah yang ekonomis yang ditanam sendiri seperti pisang dan pepaya. Ada juga yang saya belikan diluar agar anak tidak bosan untuk mengkonsumsi buah yang biasa dimakan tersebut.
Apa saja Jenis pangan lokal yang sering ibu konsumsi untuk pemenuhan gizi anak?	Seperti yang saya sampaikan sebelumnya mbak, bahwa anak saya suka makan jagung dan ubi. Selain keduanya mengandung karbohidrat jadi dapat dimanfaatkan sebagai kebutuhan

	untuk anak.
Bagaimana cara ibu untuk mengetahui pertumbuhan anak secara teratur ?	Mengikuti program kegiatan posyandu yang di adakan 1 kali dalam 1 bulan mbak. Sehingga saya sebagai orang tua dapat mengetahui perkembangan anak.



Perpustakaan UIN Mataram

**Hasil Wawancara dengan Orang Tua di Dusun Ndewel  
Kecamatan Mbeliling Kabupaten Manggarai Barat**

Informan III

Hari : Jum'at, 11 Maret 2022

Nama : Ibu Ratna (Orang Tua Risky Mujahid)

Lokasi : Dusun Ndewel

Peneliti	Informan
Apakah ibu mengkonsumsi pangan lokal untuk memenuhi kebutuhan gizi anak?	Yaa,,saya mengkonsumsi pangan lokal karena pada pangan lokal ini mengandung karbohidrat untuk memberikan tenaga pada anak.
Apakah setiap hari ibu mengkonsumsi pangan lokal untuk diberikan pada anak?	Tidak,,karena saya menyeimbangi pemeberian makanan pokok dan makanan selingan pada anak.
Bagaimana menurut ibu seberapa efektif pemanfaatan pangan lokal terhadap pemenuhan gizi anak?	Menurut saya efektif mbak, tapi tergantung dengan anaknya, karena tidak semua anak mudah untuk makan. Seperti anak saya yang susah-susah gampang jika makan, maunya jajan mbak. Dengan demikian saya memanfaatkan pangan



	<p>lokal yang ada untuk membuat olahan misalnya pisang dijadikan kripik atau pisang goreng.</p>
<p>Apakan ada kesulitan dalam pemanfaatan pangan lokal pada anak?</p>	<p>Kesulitannya terkadang ketika ketersediaan pangan lokal tidak ada atau belum musimnya aja mbak, atau kehabisan bahan untuk membuat suatu olahan yang menarik. Sehingga membuat olahan secara sederhana.</p>
<p>Bagaimana cara ibu untuk mengetahui pertumbuhan anak secara teratur ?</p>	<p>Melalui ikut posyandu untuk memeriksa kesehatan anak 1 kali dalam sebulan agar memastikan pertumbuhan dan perkembangan anak baik melalui pemeriksaan berat badan dan tinggi badan .</p>

**Hasil Wawancara dengan Orang Tua di Dusun Ndewel  
Kecamatan Mbeliling Kabupaten Manggarai Barat**

Informan IV

Hari : Kamis, 10 Maret 2022

Nama : Ibu Khotila (Orang Tua Anisa Fitrihandayani)

Lokasi : Dusun Ndewel

Peneliti	Informan
Bagaimana model pemanfaatan pangan lokal yang di berikan pada anak dalam pemenuhan gizi anak?	Modelnya sederhana saja mbak, dengan mengolah pangan lokal yang bisa dimakan oleh anak, dengan membuat tekstur yang lembut dan memberikan penyedap rasa.
Apakah setiap hari ibu mengkonsumsi pangan lokal untuk diberikan pada anak?	Tidak, kalau untuk mengkonsumsi setiap hari tidak mbak, karena bagi saya anak akan cepat bosan kecuali kalau dibuat dalam bentuk jajanan ringan.
Bagaimana Upaya yang di lakukan ibu agar anak tertarik pada pangan lokal?	Saya sebagai orang tua tentunya sangat menjaga kesehatan anak dalam masa pertumbuhannya dengan memberikan makanan 4 sehat 5 sempurna. Sehingga

	<p>sebagai orang tua harus berperan aktif atau kreatif dalam memberikan makanan yang bergizi pada anak,</p> <p>Ada karbohidratnya seperti nasi, jagung, kentang, dan ubi. Jadi saya bisa memanfaatkan pangan lokal yang ada sebagai makanan tambahan untuk membantu pemenuhan gizi anak.</p>
<p>Apa saja Jenis pangan lokal yang sering ibu konsumsi untuk pemenuhan gizi anak?</p>	<p>Kalau untuk jenis pangan lokal banyak ya mbak, namun disini saya memanfaatkan pangan lokal apa saja yang ada yang sesuai dengan musimnya</p>
<p>Bagaimana cara ibu untuk mengetahui pertumbuhan anak secara teratur ?</p>	<p>Mengikuti program kegiatan posyandu yang di adakan 1 kali dalam 1 bulan mbak. Sehingga saya sebagai orang tua dapat mengetahui perkembangan anak.</p>

**Hasil Wawancara dengan Orang Tua di Dusun Ndwel  
Kecamatan Mbeliling Kabupaten Manggarai Barat**

Informan V

Hari : Sabtu, 12 Maret 2022

Nama : Ibu Hulaila ( Orang Tua Anaya Kumalasari)

Lokasi : Dusun Ndwel

Peneliti	Informan
Apakah ibu mengkonsumsi pangan lokal untuk memenuhi kebutuhan gizi anak?	Iya mbak, saya mengkonsumsi pangan lokal untuk mencukupi kebutuhan dalam keluarga. Karena menurut saya dalam pangan lokal ini mengandung karbohidrat yang bisa memberikan rasa kenyang apabila kita mengkonsumsinya. Selain itu juga dapat diolah menjadi makanan ringan.
Apakah setiap hari ibu mengkonsumsi pangan lokal untuk diberikan pada anak?	Tergantung mbak, karena apabila kita mengkonsumsi setiap hari tentunya ada rasa bosan. Oleh karena itu saya menyeimbangi pemeberian makanan pokok dan makanan selingan pada anak dan keluarga.

<p>Bagaimana menurut ibu seberapa efektif pemanfaatan pangan lokal terhadap pemenuhan gizi anak?</p>	<p>Menurut saya efektif mbak, karena pangan lokal ini dibuat oleh kita sendiri jadi tidak ada keraguan untuk dikonsumsi, sehingga aman dari bahan pengawet makanan.</p>
<p>Apakah ada kesulitan dalam pemanfaatan pangan lokal pada anak?</p>	<p>Kesulitannya terkadang ketika ketersediaan pangan lokal tidak ada atau belum musimnya aja mbak, atau kehabisan bahan untuk membuat suatu olahan yang menarik. Sehingga membuat olahan secara sederhana.</p>
<p>Bagaimana cara ibu untuk mengetahui pertumbuhan anak secara teratur ?</p>	<p>Melalui ikut posyandu untuk memeriksa kesehatan anak 1 kali dalam sebulan agar memastikan pertumbuhan dan perkembangan anak baik melalui pemeriksaan berat badan dan tinggi badan .</p>

**Hasil Wawancara dengan Orang Tua di Dusun Ndewel  
Kecamatan Mbeliling Kabupaten Manggarai Barat**

Informan VI

Hari : Kamis, 10 Maret 2022

Nama : Ibu Emi Nurhayati ( Orang tua hasbullah azrin)

Lokasi : Dusun Ndewel

Peneliti	Informan
Apakah ibu mengkonsumsi pangan lokal untuk memenuhi kebutuhan gizi anak?	Yaa,,saya mengkonsumsi pangan lokal karena pada pangan lokal ini mengandung karbohidrat untuk memberikan tenaga pada anak.
Apakah setiap hari ibu mengkonsumsi pangan lokal untuk diberikan pada anak?	Tidak,,karena saya menyeimbangi pemeberian makanan pokok dan makanan selingan pada anak.
Bagaimana menurut ibu seberapa efektif pemanfaatan pangan lokal terhadap pemenuhan gizi anak?	Menurut saya efektif mbak, tapi tergantung dengan anaknya, karena tidak semua anak mudah untuk makan. Seperti anak saya yang susah-susah gampang jika makan, maunya jajan mbak. Dengan demikian saya

	<p>memanfaatkan pangan lokal yang ada untuk membuat olahan misalnya pisang dijadikan kripik atau pisang goreng.</p>
<p>Apakan ada kesulitan dalam pemanfaatan pangan lokal pada anak?</p>	<p>Kesulitannya terkadang ketika ketersediaan pangan lokal tidak ada atau belum musimnya aja mbak, atau kehabisan bahan untuk membuat suatu olahan yang menarik. Sehingga membuat olahan secara sederhana.</p>
<p>Bagaimana cara ibu untuk mengetahui pertumbuhan anak secara teratur ?</p>	<p>Melalui ikut posyandu untuk memeriksa kesehatan anak 1 kali dalam sebulan agar memastikan pertumbuhan dan perkembangan anak baik melalui pemeriksaan berat badan dan tinggi badan .</p>

**Hasil Wawancara dengan Ibu Kader Posyandu di Dusun  
Ndwel Kecamatan Mbeliling Kabupaten Manggarai Barat**

Informan VII

Hari : Sabtu, 12 Maret 2022

Nama : Ibu Hasiah ( Kader Posyandu)

Lokasi : Dusun Ndwel

Peneliti	Informan
Apakah ibu mengkonsumsi pangan lokal untuk memenuhi kebutuhan gizi anak?	Yaa mbak, dalam memenuhi kebutuhan gizi anak salah satu yang saya lakukan sebagai ibu kader yaitu dengan memanfaatkan pangan lokal yang ada di dusun ndwel, karena menurut saya sangat aman, terhindar dari bahan pengawet dan mudah dijangkau.
Apakah ada penyediaan makanan lain selain pemberian pangan lokal?	Iya mbak, pada saat pemberian makan bergizi pada anak selain pemberian olahan pangan lokal pada anak, disini kami juga menyediakan telur yang sudah



	<p>direbus dan membagikan biscuit untuk anak sebagai bentuk pemenuhan gizi anak.</p>
<p>Mengapa ibu memilih pangan lokal sebagai salah pemenuhan makanan bergizi pada anak?</p>	<p>Menurut saya sangat efektif apabila kita memanfaatkan kekayaan alam yang kita tanam sendiri, selain mudah dijangkau dan terhindar dari olahan yang dari pabrik. Karena bagi saya setiap pangan lokal ini memiliki kandungan yang bermanfaat apabila kita mengkonsumsinya.</p>
<p>Bagaimana respond anak dalam pemberian pangan lokal?</p>	<p>Kalau dilihat dari eksperimen anak ketikan menikmatinya mereka sangat menyukainya, apalagi dengan memberikan penyedap rasa sehingga anak tertarik untuk dikonsumsi.</p>
<p>Apakah ada kendala yang dialami</p>	<p>Kalau untuk kendala ada mbak, tetapi</p>

ibu ketika menyediakan pangan lokal?

saya Cuma kewalahan ketika saya menyiapkan pemberian makanan pada anak dan juga ketika penyediaan pangan lokal tidak ada atau belum panen.



Perpustakaan UIN Mataram

**Hasil Wawancara dengan Kepala Dusun di Dusun Ndewel  
Kecamatan Mbeliling Kabupaten Manggarai Barat**

Informan VIII

Hari : Rabu, 09 Maret 2022

Nama : Bapak Nurdin ( Kepala Dusun)

Lokasi : Dusun Ndewel

Peneliti	Informan
Bagaimana menurut bapak terhadap penyediaan pangan lokal sebagai sumber pemenuhan gizi anak?	Menurut saya bagus, karena ibu-ibu mampu memanfaatkan makanan-makanan lokal yang ada untuk dijadikan makanan yang bermanfaat dalam membantu kebutuhan pada keluarga.
Apakah bapak mendukung dalam penyediaan pangan lokal ini?	Sangat mendukung. Dengan memanfaatkan pangan lokal ibu-ibu memiliki keratif dalam menyediakan pangan lokal ini.
Apakah bapak memantau pemberian pangan lokal pada anak?	Iya,,,saya memantau ketika mengadakan posyandu yang dilakukan 1 kali dalam sebulan yang dimana saat itu ibu pengurus posyandu atau ibu kader

menyediakan makanan bergizi untuk anak yang berasal dari hasil olahan pangan lokal.



Perpustakaan UIN Mataram

**Hasil Wawancara dengan Petugas Kesehatan di Dusun  
Ndewel Kecamatan Mbeliling Kabupaten Manggarai Barat**

Informan X

Hari : Sabtu, 12 Maret 2022

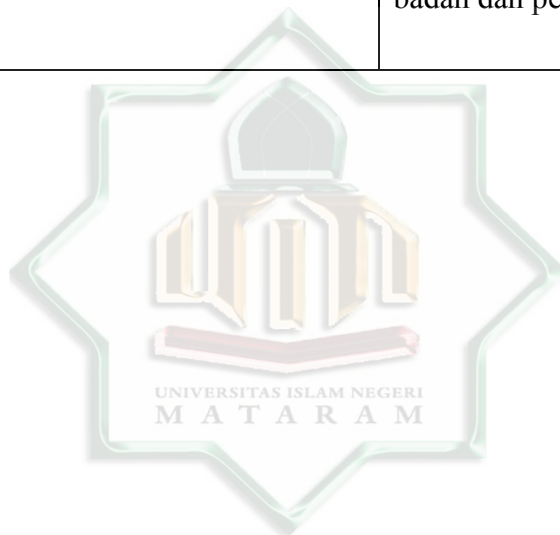
Nama : Bidan Ratih

Lokasi : Dusun Ndewel

Peneliti	Informan
Apakah dengan pemanfaatan pangan lokal mampu membantu sumber pemenuhan gizi anak?	Ya Mbak, didalam pangan lokal memiliki kandungan nutrisi yang mampu memenuhi kebutuhan. Karena pada pangan lokal ini juga mengandung karbohidrat, vitamin, protein,
Apakah setiap pangan lokal memiliki kandungan gizi?	Iya, setiap pangan lokal memiliki kandungan gizi tersendiri, tergantung dari orang tua dalam mengkreasi untuk dijadikan makanan dalam memberikan kebutuhan pada anak.

bagaimana cara untuk mengetahui bahwa pemenuhan gizi anak terpenuhi?

untuk mengetahui pemenuhan gizi anak dapat dilihat dari kegiatan posyandu yang dilakukan satu kali dalam sebulan, oleh karena itu melalui penimbangan berat badan dan pengukuran berat badan



Perpustakaan UIN Mataram

**LAMPIRAN FOTO WAWANCARA**



**Gambar 1.1**

**Wawancara dengan Ibu Hulaila  
Ibu dari Anaya Kumalasari**



**Gambar 1.2**

**Wawancara dengan Ibu  
Ratna  
Ibu dari Risky Mujahid**



**Gambar 1.3**

**Wawancara dengan Maryam  
Ibu dari Salwa Humaerah**



**Gambar 1.4**  
**Wawancara dengan Ibu Siti**  
**Nurlia**  
**Ibu dari Rasyifa Pranaya**



**Gambar 1.5**  
**Wawancara dengan Bidan**  
**Ratih**



**Gambar 1.6**  
**Wawancara dengan Ibu Kader Posyandu**  
**Dusun Ndwel**





**Gambar 1.7**

**Wawancara dengan Kepala  
Dusun Ndedel**

**Gambar 1.8**

**Foto Fitri pada saat  
Mengukur Tinggi Badan**

Perpustakaan UIN Mataram



**Gambar 1.11**  
**Foto Syifa saat Mengukur**  
**Tinggi Badan**



**Gambar 1.12**  
**Foto Anak-anak pada saat**  
**Makan Kolak dari Ubi dan**  
**Kacang Ijo**



**Gambar 1.12**  
**Pembagian Kolak Oleh Ibu Kader**



**Gambar 1. 13**  
**Foto Kegiatan Posyandu**



**Gambar 1. 14**  
**Foto Kegiatan Posyandu**



**Gambar 1.15**  
**Foto Hasil Olahan Pangan**  
**Lokal dari Labu kuning/Ndisi**



**Gambar 1. 16**  
**Foto Hasil Olahan dari**  
**Pisang/Muku**



**Gambar 1. 17**

**Foto Hasil Olahan dari**  
**Kelapa / *Nio* (Range)**



**Gambar 1. 18**

**Foto hasil Olahan dari**  
**Pisang / *Muku* (Kripik)**

Perpustakaan UIN Mataram

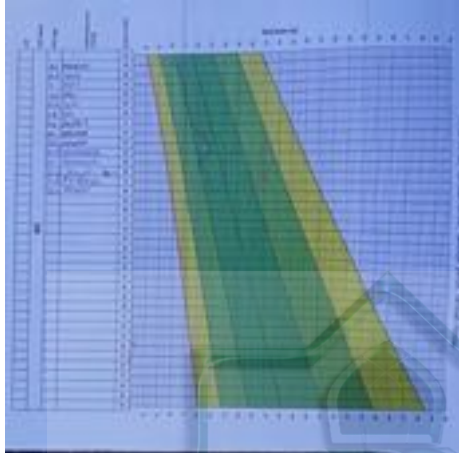


**Gambar 1. 19**  
**Donat Hasil Olahan dari Ubi Jalar (*Tete Wase*)**

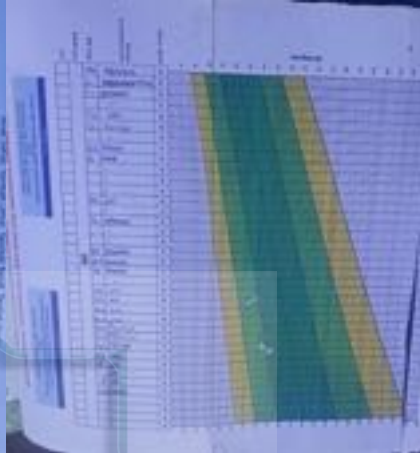


**Gambar 1.20**  
**Ibu Hulaila dan Anaya sedang Makan Pisang Rebus (*Muku Kokor*)**

**Gambar 1. 21**  
**Ibu Maryam Memberikan Donat dari Ubi Jalar / *Tete Wase* kepada Salwa**



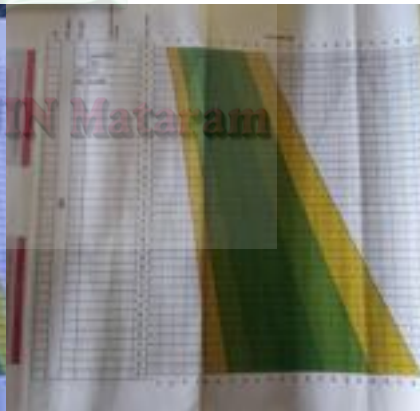
**Gambar 1.22**  
Foto KMS dari Risky Mujahid



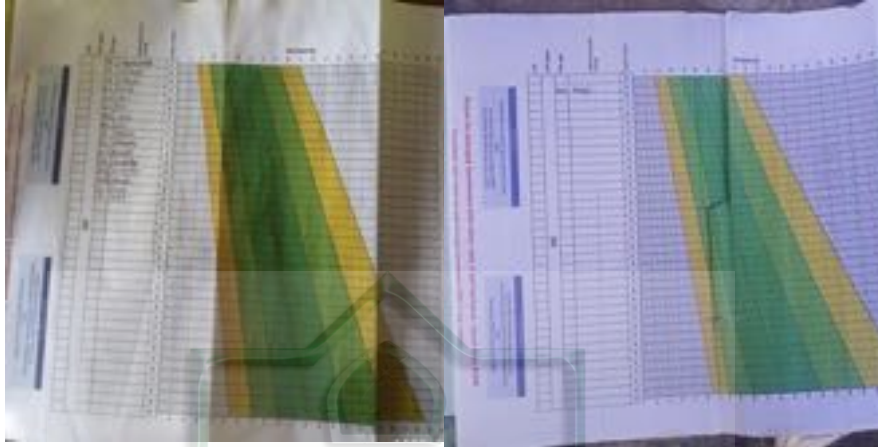
**Gambar 1.23**  
Foto KMS dari Salwa Humaerah



**Gambar 1.24**  
Foto KMS dari Anayaa Kumalasari



**Gambar 1.25**  
Foto KMS dari Anisa Fitrihandayani



**Gambar 1. 26**  
**Foto KMS dari Rasyifa**  
**Pranaya**

**Gambar 1. 27**  
**Foto KMS Haros Imani**

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
M A T A R A M

Perpustakaan UIN Mataram



KEMENTERIAN AGAMA RI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MATARAM  
FAKULTAS TARBİYAH DAN KEGURUAN

Jalan GajahMada No. 100, Jempang/Berau/Mataram/Tan. (0370) 820793, Fax (0370) 820794

Nomor : 153/Un.12/FTK/PP.00.9/02/2022  
Lamp. : 1 (Satu) Berkas Proposal  
Hal : Permohonan Rekomendasi Penelitian

Mataram, 15 Februari 2022

Kepada  
Yth Kepala Bakesbangpoi NTT  
di  
Tempat

Assalamu'alaikum W/ Wa

Bersama surat ini kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan rekomendasi penelitian kepada Mahasiswa di bawah ini

Nama : Anisa Fikriyani  
NIM : 180110089  
Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan  
Jurusan : PIAUD  
Tujuan : Penelitian  
Lokasi Penelitian : DUSUN NDEWEL, KECAMATAN MBEILING, KABUPATEN MANGGARAI BARAT, NTT

Judul Skripsi : PEMANFAATAN PANGAN LOKAL SEBAGAI SUMBER PEMENUHAN GIZI ANAK USIA DINI DI DUSUN NDEWEL, KECAMATAN MBEILING KABUPATEN MANGGARAI BARAT.

Rekomendasi tersebut digunakan untuk mendapatkan data yang diperlukan dalam penyusunan skripsi.

Demikian surat pengantar ini kami buat, atas kerjasama Bapak/Ibu kami sampaikan terimakasih.  
Wassalamu'alaikum W/ Wa

An. Dekan  
Wakil Dekan Bidang Akademik



Dr. Saiparudin, M. Ag  
NIP. 197810152007011022





PEMERINTAH KABUPATEN MANGGARAI BARAT  
 DINAS PENANAMAN MODAL  
 DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU  
 Jl. Daniel Daeng Naliti, Kode Pos 86754  
 LABUAN BAJU - FLORES - NTT

IZIN PENELITIAN  
 Nomor : 503.757/DPMP/TS/0215/2022

Bertujuan Surat Izin Penelitian dan Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Negeri Islam Mataram Nomor: 153/UH.12/PTK/PP.00.0/02/2022 tanggal 15 Februari 2022.  
 Menimbang Bahwa untuk kelancaran pelaksanaan kegiatan dimaksud, perlu dikeluarkan surat izin.  
 Mengingat Undang-Undang Nomor 23 Tahun 2014 tentang Pemerintahan Daerah

Dengan ini memberikan Izin Penelitian kepada

Nama Anisa Fitriyani  
 NIM 180110009  
 Jenjang Program Strata Satu (S1)  
 Program Studi PAUD  
 Kebangsaan Indonesia  
 Lembaga Universitas Islam Negeri Mataram  
 Untuk Melakukan Penelitian di  
 Lokasi Dusun Ndawai, Kecamatan Mbeliling, Kabupaten Manggarai Barat  
 Judul Penelitian "Pemanfaatan Pangan Lokal Sebagai Sumber Pemenuhan Gizi Anak Usia Dini Di Dusun Ndawai, Kecamatan Mbeliling, Kabupaten Manggarai Barat"  
 Lahir Penelitian 07 Maret s.d 21 Maret 2022

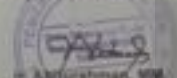
- Dengan ketentuan
1. Wajib melaporkan prosedur dan hasil kegiatan kepada camat setempat.
  2. Selama melakukan kegiatan yang bersangkutan tidak diperkenankan melakukan kegiatan di bidang lain.
  3. Bertindak sesuai kode etik, kemitia, dan yang menginggi KEMENTERIAN setempat.
  4. Wajib melaporkan hasil kegiatan kepada Bupati Manggarai Barat.
  5. Izin penelitian ini diberikan kepada peneliti yang bersangkutan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya dan di harapkan kepada pimpinan instansi pemerintah daerah swasta yang di hubungi agar dapat memberikan bantuan sesuai dengan kemampuan yang berlaku.
  6. Setelah selesai pelaksanaan wajib melaporkan hasil keterangan sesuai penelitian dan Kepala Desa/Lurah dan Camat.

Demikian izin penelitian ini diberikan untuk dipergunakan dan di harapkan agar tidak pihak yang mendapat kemudahan serta ini memberikan bantuan sesuai dengan ketentuan peraturan yang berlaku.

Dibuatkan di Labuan Baju pada tanggal 01 Maret 2022

Perpustakaan UIN Mataram

Dr. Agus Nugroho, S.Pd., M.Pd.  
 Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu



Dr. Abdulrahman, S.Pd.  
 Pembantu Lurah Ndawai  
 No: 126/2019/196-103/1/022

Tembusan : disampaikan dengan hormat kepada

1. Bupati Manggarai Barat di Labuan Baju (Sebagai Laporan)
2. Wakil Bupati Manggarai Barat di Labuan Baju (Sebagai Laporan)
3. Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kabupaten Manggarai Barat di Labuan Baju
4. Camat Mbeliling di Wenuwae
5. Kepala Desa Goto Ndawai di Mbeliling



PEMERINTAH DESA GOLO NDOAL  
KEMANTAN MBEULLING  
KABUPATEN MANGGARAI BARAT

**SURAT KETERANGAN**

Nomor: Pms.148/96013/2022

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama	Plandus Jan Ngumpu
Jabatan	Kepala Desa Golo Ndoal
Alamat	Desa Golo Ndoal, Kecamatan Mbeulling
Menerangkan bahwa:	
Nama	Annis Fitriani
Mata kuliah	Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Negeri Mataram

Telah melakukakan penelitian di Dusun Ndoal Desa Golo Ndoal Kecamatan Mbeulling Kabupaten Manggarai Barat, Provinsi Nusa Tenggara Timur dengan judul "*Pemanfaatan gonggan Lohal sebagai sumber pemenuhan GIZ Snek Desa Dora di Dusun Ndoal, Desa Golo Ndoal Kecamatan Mbeulling, Kabupaten Manggarai Barat*" Pada tanggal 2 Maret sampai dengan 7 April 2022

Demikian Surat Keterangan ini dibuat, untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
M A T A R A M

Ndoel, 8 April 2022  
Kepala Dusun Ndoel

Perpustakaan UIN *Mataram*

Muhamad Nurdin

Mengotolai

Kepala Desa Golo Ndoal



Plandus Jan Ngumpu



**KARTU KONSULTASI**

NAMA : Anisa Fikriyani  
NIM : 180110089  
PEMBIMBING II : Yuga Anggana Sosani, M.Sn  
JUDUL : PEMANFAATAN PANGAN LOKAL SEBAGAI SUMBER PEMENUHAN GIZI ANAK USIA DINI DI DUSUN NDEWEL KECAMATAN MBEHILING KABUPATEN MANGGARAI BARAT

No	Tanggal	Materi Konsultasi	Catatan Saran Perbaikan	Paraf
1	22/09	Teknik Penjualan	Perlu diteliti & diteliti buku cara Penjualan	
2	11/05		Perhatikan syarat dalam Penjualan & Pembelian Tawar	
3	17/05		ACC	
4			ACC	
5				

Mataram, 17 Mei 2022

Pembimbing II

Yuga Anggana Sosani, M.Sn

NIP. 198808152019031008



KARTU KONSULTASI

NAMA : Anisa Fikriyani  
NIM : 180110089  
PEMBIMBING I : Khairil Anwar, M.Pd  
JUDUL : PEMANFAATAN PANGAN LOKAL SEBAGAI  
SUMBER PEMENUHAN GIZI ANAK USIA DINI DI DUSUN NDEWEL  
KECAMATAN MBELILING KABUPATEN MANGGARAI BARAT

No	Tanggal	Materi Konsultasi	Catatan Saran Perbaikan	Paraf
1.		Foto / dokumen pangan lokal di kawasan di desa-mula-mula masyarakat pangan lokal		
2.		Paparan data 2 tahun seperti foto sisa, pembibing belum melihat sifatnya sebagai pembibing anak saat wawancara, lokasi & lokasi (sertakan foto saat melakukan proses)		
3.				
4.				
5.				

1). Buat juga pembibing  
2). lakukan ulang peng-  
ambilan data

Mataram, Mei 2022  
Pembimbing I

Khairil Anwar, M.Pd

NIP. 197812312014121004



KEMENTERIAN AGAMA RI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN) MATARAM  
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN

KARTU KONSULTASI

NAMA : Anita Fitriyani  
NIM : 180110009  
PEMBIMBING I : Kholil Anwar, M.Pd  
JUDUL : PEMANFAATAN PANGAN LOKAL SEBAGAI SUMBER PEMENUHAN GIZI ANAK ESIA-DINI DI DUSUN NDEWEL KECAMATAN MBELILING KABUPATEN MANGGARAI BARAT

No	Tanggal	Materi Konsultasi	Catatun Sragen Perbaikan	Paraf
1	20/5	D. Layuh lagi		
2	30/5	D. Bahan belap + 1 sn		
3				
4	31/5	Ace	One	

Perpustakaan UIN Mataram

Mataram, 2 Mei 2022

Pembimbing I

Kholil Anwar, M.Pd

NIP. 197812312014121004



KEMENTERIAN AGAMA RI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN) MATARAM  
LPT PERPUSTAKAAN

Jl. Pendidikan No. 35 Tlp. (0370) 621298-625337-634490 Fax. (0370) 625337

**SURAT KETERANGAN**

No. :1734/Un.L2/Perpustakaan/05/2022

Dengan ini menerangkan bahwa:

Nama : Anisa Fitriyani  
Nim : 180110019  
Jurusan : IBAUD  
Fakultas : FTK

Telah melakukan pengecekan tingkat similarity dengan menggunakan software Turnitin plagiarism checker. Hasil pengecekan menunjukkan tingkat similarat 16 % disertai yang bersangkutan dinyatakan layak untuk diuji.

Demikian surat keterangan untuk dipergunakan sebagaimana semestinya

Perpustakaan UIN Mataram, 30 Mei 2022



Kepala LPT Perpustakaan  
Nirani, S.IPI  
NIP. 197706182005012003



## Digital Receipt

This receipt acknowledges that Turnitin received your paper. Below you will find the receipt information regarding your submission.

The first page of your submissions is displayed below.

Submission author:	Anisa Fikriyani 180.110.089
Assignment title:	PIAUD
Submission title:	PEMANFAATAN PANGAN LOKAL
File name:	Skripsi_Anisa_fikriyani_180110089.docx
File size:	3.57M
Page count:	115
Word count:	16,432
Character count:	101,815
Submission date:	30-May-2022 03:41PM (UTC+0800)
Submission ID:	1847043153

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
M A T A R A M

WISATA KAMPUS ISLAM NEGERI MATARAM  
Jl. Sekeloa Timur No. 100, Mataram, NTB  
(0370) 421111



REKAM  
KOPISKRIP

PERPUSTAKAAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
MATARAM

## PEMANFAATAN PANGAN LOKAL

### ORIGINALITY REPORT

16%

SIMILARITY INDEX

16%

INTERNET SOURCES

0%

PUBLICATIONS

0%

STUDENT PAPERS

### PRIMARY SOURCES

1	<a href="http://eprints.walisongo.ac.id">eprints.walisongo.ac.id</a> Internet Source	7%
2	<a href="http://kksnaburajua.wg.ugm.ac.id">kksnaburajua.wg.ugm.ac.id</a> Internet Source	4%
3	<a href="http://digilib.lain-palangkaraya.ac.id">digilib.lain-palangkaraya.ac.id</a> Internet Source	3%
4	<a href="http://newportal.kemendppa.go.id">newportal.kemendppa.go.id</a> Internet Source	2%

Perpustakaan UIN Mataram

Exclude quotes

Exclude matches  < 2%

Exclude bibliography