

ABSTRAK

Pemberian nutrisi makanan pada anak harus memenuhi kebutuhan zat gizi, baik makronutrien dan mikronutrien. Salah satu sumber zat mikronutrien terdapat pada sayuran. Namun, kebanyakan anak tidak menyukai sayur. Menurut Academic American Pediatric (1997), tidak ada urutan khusus dalam pengenalan jenis bahan makanan, yang penting tekstur dan konsistensinya harus sesuai dengan kemampuan bayi, perkenalkanlah sayur-sayuran saat memulai MPASI. Seringkali para orang tua kesulitan untuk mengajarkan anak untuk menyukai sayuran. Menurut sebuah studi, anak lebih tertarik mengonsumsi sayuran dengan membaca buku bergambar yang berisi cerita bertema sayuran yang interaktif. Oleh karena itu penulis tergerak hatinya untuk membuat sebuah perancangan buku cerita anak bergambar untuk anak usia 5 tahun kebawah yang menceritakan tentang macam-macam sayuran yang sering dijumpai dalam masakan dan makanan sehari-hari terutama kepada anak-anak yang kurang menyukai sayuran. Buku bergambar ini bisa digunakan oleh orangtua atau guru/tutor sebagai media pengenalan sayuran serta berpengaruh positif pada anak dalam memperkenalkan hingga meningkatkan konsumsi sayuran pada anak usia balita kebawah.

Kata kunci: Sayuran, Usia balita kebawah, Buku bergambar

ABSTRACT

Provision of nutritional food in children must meet the nutritional needs, both macronutrients and micronutrients. One source of micronutrients is found in vegetables. However, most children do not like vegetables. According to the Academic American Pediatrics (1997), there is no specific sequence in the introduction of this type of foodstuff, whose essential texture and consistency must match the infant's abilities, introduce vegetables when starting the MPASI. Often parents find it difficult to teach children to love vegetables. According to a study, children are more interested in eating vegetables by reading a picture book that contains an interactive vegetable-themed story. Therefore, the writer moved his heart to make a design of children's picture books for children aged 5 years and below who told about the various vegetables that are often found in cooking and daily food, especially to children who do not like vegetables. This picture book can be used by parents or teacher / tutor as a medium of introduction of vegetables and have a positive effect on the child in introducing to increase consumption of vegetables in children under five years old.

Keywords: Vegetables, Under-fives age, Picture Book