

**PENERAPAN ASUPAN GIZI SEIMBANG UNTUK
ANAK USIA DINI MELALUI PROGRAM
PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN
(*EXTRA FOODING*)**

(Penelitian Deskriptif Kualitatif di RA Al-Hasan Kota Bandung)

SKRIPSI

Disusun Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Menempuh Ujian Skripsi
Sarjana Pendidikan (S.Pd) pada Program Studi Pendidikan Guru
Pendidikan Anak Usia Dini



Oleh

Avirda Nuri Quroini

41032107200023

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU PENDIDIKAN ANAK USIA DINI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS ISLAM NUSANTARA
BANDUNG
2024**

HALAMAN PENGESAHAN

Nama : Avirda Nuri Quroini

NIM : 41032107200023

Judul : PENERAPAN ASUPAN GIZI SEIMBANG UNTUK ANAK USIA DINI
MELALUI PROGRAM PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN
(*EXTRA FOODING*) (Penelitian Deskriptif Kualitatif di RA AL-Hasan
Kota Bandung)

Disetujui oleh,

Pembimbing I,

Pembimbing II,

Reni Nurapriani, M.Pd

NIDN 0416048001

Revita Yanuarsari, M.M.Pd

NIDN 0406018602

Disahkan oleh,

Dekan FKIP Uninus,

Ketua Program Studi,

Dr. H. Maman Suherman, S.Pd., M.M.Pd.

NIDN 0404046704

Dr. Susan Maulani, M.Pd

NIDN 0420027906

PERNYATAAN ORISINALITAS SKRIPSI

Bismillaahirrohmanirrohim

Saya yang bertanda tangan dibawah ini,

Nama : Avirda Nuri Quroini

NIM : 41032107200023

JUDUL : PENERAPAN ASUPAN GIZI SEIMBANG UNTUK ANAK
USIA DINI MELALUI PROGRAM PEMBERIAN MAKANAN
TAMBAHAN (*EXTRA FOODING*)

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi dengan judul tersebut di atas beserta seluruh isinya merupakan hasil karya sendiri. Adapun pendapat maupun pernyataan orang lain yang ditulis dalam skripsi ini dikutip sesuai dengan aturan mengutip yang berlaku dan etika keilmuan.

Atas pernyataan saya tersebut, maka saya bersedia untuk menanggung segala resiko maupun sanksi yang berkaitan dengan karya tulis saya di kemudian hari.

Bandung, Juli 2024

Yang Membuat Pernyataan

Avirda Nuri Quroini

NIM. 41032107200023

MOTTO

Doa ibu adalah kekuatan yang tidak terlihat namun nyata dalam hidup kita.

“orang tua adalah sebaik-baik pintu surga.” (H.R. Ahmad)

Apa yang kita jalani sekarang merupakan kesempatan besar yang Allah berikan,
dan Allah percaya kita mampu

-Qoff

“if you can dream it, you can do it”

-Walt Disney

“Begitu pentingnya faktor gizi sehingga pembentukan kebiasaan makan yang baik harus ditanamkan sejak dini, karena hal ini sangat menentukan kebiasaan makannya pada saat remaja dan dewasa.”

(Waladow, 2013)

“Kesehatan selalu tampak berharga setelah kita kehilangannya.”

(Jonathan Swift)

UCAPAN TERIMA KASIH

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis mendapatkan banyak bantuan, bimbingan, dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dr. H. Maman Suherman, S.Pd., M.M.Pd. selaku dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Nusantara yang sudah memberikan kesempatan penulis dalam menempuh Pendidikan di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan ini.
2. Dr. Susan Maulani, M.Pd. selaku Ketua Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini yang telah memberikan pengarahan dan fasilitas dalam penyusunan skripsi ini.
3. Agus Ruswandi, M. Ag. selaku sekretaris Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, yang telah memberikan bantuan administratif dan dukungan dalam penyusunan skripsi ini.
4. Reni Nurapriani, M.Pd. selaku Dosen Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan dan arahan dengan baik, sehingga proses penyusunan skripsi ini selesai tepat pada waktunya.
5. Revita Yanuarsari, M.M.Pd. selaku Dosen Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan dan arahan dengan baik serta selalu memberikan motivasi sehingga penyusunan skripsi ini dapat berjalan dengan lancar.
6. Bapak dan Ibu Dosen Program Studi Pendidikan Anak Usia Dini yang telah memberikan pengajaran dengan baik dari semester awal hingga akhir.
7. Kepada kedua orang tua saya, yang selalu membantu dalam jerih payahnya, keringatnya, harapannya, dan menyayangi, mendidik, membimbing, semangat yang selalu diberikan yang memotivasi saya untuk dapat menyelesaikan skripsi ini sesegera mungkin. Teruntuk Ibu tercinta Umi Kusriani, yang tak pernah lepas dari doa dalam setiap sujudnya. Tak lupa juga kepada Bapak tercinta Nurudin, terima kasih untuk *support*, kerja keras dan pengorbanannya. Gelar sarjana ini penulis persembahkan untuk kalian.
8. Kakak saya Rofiah Diah Septiana, adik saya satu-satunya M. Hilmi Nurromadhon dan keponakan saya yang sangat saya cintai Hasnamudhia terima

kasih untuk canda tawa, suka dan duka yang kalian beri selama penyelesaian skripsi ini. Terima kasih telah membuat warna dalam kehangatan keluarga.

9. Pasangan saya Rafly Akbar Ramadhan, terima kasih selalu memberikan bantuan sekaligus selalu memberikan semangat dan dukungan hingga skripsi ini dapat terselesaikan.
10. Kepala sekolah, guru kelas A, TU, dan orang tua siswa RA Al-Hasan atas bantuannya selama penelitian.
11. Sahabat-sahabat selama 4 tahun yaitu Rayi Lunturkalbu Nukasahun dan Ghina Fauziyyah Mar'atus Shalihah. Terima kasih atas keceriaan selama ini, terima kasih selalu memotivasi untuk penyelesaian skripsi ini.
12. Teman-teman seperjuangan saya selama dibangku perkuliahan tentunya teman-teman seangkatan PGPAUD 2020 dan teman sepembimbing saya yang tetap saling mendukung dalam menyelesaikan skripsi ini.
13. Diri saya sendiri, yang telah mampu berusaha dan berjuang sejauh ini, selalu berusaha mempercayai diri sendiri dan mengendalikan diri sendiri hingga menyelesaikan skripsi ini semaksimal mungkin.
14. Semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu per satu.

Penulisan skripsi ini juga masih jauh dari kesempurnaan, oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran dari para pembaca yang membangun dalam penulisan karya ilmiah kedepannya. Akhirnya hanya kepada Allah SWT kita kembalikan semua urusan dan semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak, khususnya bagi penulis dan bagi para pembaca pada umumnya. Semoga karya sederhana mendapatkan Ridho dan dicatat sebagai amal ibadah di sisi Allah SWT, Aamiin.

Bandung, Juli 2024

Penulis
Avirda Nuri Quroini

ABSTRAK

Avirda Nuri Quroini, PENERAPAN ASUPAN GIZI SEIMBANG UNTUK ANAK USIA DINI MELALUI PROGRAM PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN (*EXTRA FOODING*) DI RA AL HASAN KOTA BANDUNG TAHUN 2023/2024

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh kurangnya lembaga PAUD yang memperhatikan dan menyediakan layanan kesehatan. RA AL Hasan menjadi salah satu lembaga pendidikan anak usia dini di Kota Bandung yang memperhatikan dan menyediakan layanan kesehatan melalui Program Pemberian Makanan Tambahan atau *Extra feeding* yang bertujuan untuk mencukupi kebutuhan asupan gizi anak. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui pemenuhan gizi seimbang, tahapan, hasil, faktor pendukung dan penghambat penerapan pemberian makanan tambahan atau *extra feeding*. Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif, sumber datanya yaitu kepala sekolah, guru kelas A, dan orang tua. Pengumpulan data dilakukan dengan metode observasi, wawancara dan dokumentasi. Penelitian ini menggunakan teknik analisis data yaitu, pengumpulan data, reduksi data, sajian data dan penarikan kesimpulan. Dari hasil penelitian ini dapat diketahui bahwa pemenuhan gizi seimbang yang terpenuhi dalam suatu menu pemberian makanan tambahan yang meliputi karbohidrat, protein, lemak, vitamin dan mineral. Tahapan pemberian makanan tambahan atau *extra feeding* yaitu tahapan persiapan (perencanaan), tahap pelaksanaan (pelaksanaan pengolahan makanan dan pelaksanaan makan dikelas/makan bersama) dan evaluasi. Hasil dari penerapan pemberian makanan tambahan atau *extra feeding* diperoleh dari adanya kenaikan berat badan dan tinggi badan yang signifikan dinyatakan berhasil. Faktor pendukung dalam pemberian makanan yaitu pengetahuan orang tua mengenai gizi, tingkat ekonomi orang tua dan lingkungan anak meliputi lingkungan sekolah dan teman sebaya. Faktor penghambat dalam pemberian makanan tambahan yaitu kesibukkan orang tua yang bekerja.

Kata kunci: Gizi Seimbang, Pemberian Makanan Tambahan, Anak.

ABSTRACT

Avirda Nuri Quroini, IMPLEMENTATION OF BALANCED NUTRITIONAL INTAKE FOR EARLY CHILDREN THROUGH THE EXTRA FOODING PROGRAM IN RA AL HASAN BANDUNG CITY, 2023/2024

This research is motivated by the lack of PAUD institutions that pay attention to and provide health services. RA AL Hasan is one of the early childhood education institutions in Bandung City that pays attention to and provides health services through the Extra Fooding Program which aims to meet children's nutritional needs. The aim of this research is to determine the fulfillment of balanced nutrition, stages, results, supporting and inhibiting factors in implementing additional food or extra fooding. This research uses a qualitative descriptive approach, the data sources are the school principal, class A teachers, and parents. Data collection was carried out using observation, interviews and documentation methods. This research uses data analysis techniques, namely, data collection, data reduction, data presentation and drawing conclusions. From the results of this research, it can be seen that balanced nutrition is fulfilled in a menu providing additional food which includes carbohydrates, protein, fat, vitamins and minerals. The stages of providing additional food or extra fooding are the preparation stage (planning), the implementation stage (implementation of food processing and implementation of eating in class/eating together) and evaluation. The results of implementing additional food or extra fooding obtained from a significant increase in body weight and height were declared successful. Supporting factors in providing food are parents' knowledge about nutrition, parents' economic level and the child's environment including the school environment and peers. The inhibiting factor in providing additional food is busy working parents.

Key words: *Balanced Nutrition, Supplementary Feeding, Children*

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim

Syukur alhamdulillah, segala puji hanya bagi Allah SWT yang telah memberikan segala rahmat dan anugerahnya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini sesuai dengan waktu yang telah direncanakan, shalawat serta salam semoga selalu tercurah kepada baginda Nabi besar Muhammad SAW, keluarga, para sahabatnya, dan para pengikut sampai akhir zaman.

Penelitian ini merupakan tugas akhir untuk menyelesaikan pendidikan pada Program Studi Pendidikan Guru PAUD Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Nusantara Bandung. Skripsi ini berjudul “PENERAPAN ASUPAN GIZI SEIMBANG UNTUK ANAK USIA DINI MELALUI PROGRAM PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN (*EXTRA FOODING*)”.

Tugas akhir ini semoga berarti di mata siapapun sebagai karya makhluk sosial. Semoga menjadi sumber inspirasi dan motivasi bagi penulis khususnya dan bagi para pembaca pada umumnya. Karya ini hanyalah sebuah jalan dalam menggapai cita-cita panjang yang sedang dimimpikan.

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
PERNYATAAN ORISINALITAS SKRIPSI	iii
MOTTO	iv
UCAPAN TERIMA KASIH.....	v
ABSTRAK	vii
ABSTRACT.....	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Perumusan Masalah dan Pembatasan Masalah	7
C. Tujuan dan Manfaat Penelitian.....	7
D. Pertanyaan Penelitian	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	10
A. Pendidikan Anak Usia Dini	10
1. Pengertian Pendidikan Anak Usia Dini	10
2. Arti Pentingnya Pendidikan Anak Usia Dini	12
3. Pengertian Anak Usia Dini	12
4. Karakteristik Anak Usia Dini	14
5. Pertumbuhan dan Perkembangan Anak Usia Dini	16
6. Kesehatan Anak Usia Dini.....	20
B. Gizi Seimbang	23
1. Pengertian Gizi Seimbang	23
2. Prinsip Gizi Seimbang	24
3. Gizi Seimbang Pada Anak Usia Dini.....	26
4. Jenis-Jenis Zat Gizi.....	30

C.	Pemberian Makanan Tambahan (PMT)	33
1.	Pengertian Makanan Tambahan.....	33
2.	Pemberian Makanan Tambahan.....	41
3.	Faktor Pendukung dan Penghambat Pemberian Makanan Tambahan (PMT).....	45
BAB III	METODOLOGI PENELITIAN.....	47
A.	Pendekatan Penelitian.....	47
B.	Metode Penelitian.....	48
C.	Tempat dan Waktu Penelitian	49
D.	Teknik Pengumpulan Data	50
E.	Sumber Data	53
F.	Teknik Analisis Data.....	54
G.	Instrumen Penelitian	56
BAB IV	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	65
A.	Deskripsi Lokasi Penelitian.....	65
B.	Hasil Penelitian.....	73
C.	Pembahasan	85
BAB V	KESIMPULAN DAN SARAN.....	101
A.	Simpulan.....	101
B.	Saran	103
DAFTAR PUSTAKA	104
LAMPIRAN	109

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Kategori dan Ambang Batas Status Gizi Anak.....	30
Tabel 3. 1 Jadwal Penelitian.....	50
Tabel 3. 2 Matriks Penelitian	56
Tabel 3. 3 Pedoman Wawancara dengan Kepala Sekolah	58
Tabel 3. 4 Pedoman Wawancara dengan Guru	59
Tabel 3. 5 Pedoman Wawancara dengan Orang tua	60
Tabel 3. 6 Instrumen Observasi	61
Tabel 3. 7 Pedoman Observasi Gizi Seimbang	61
Tabel 3. 8 Kisi-kisi Pedoman Observasi Pemberian Makanan Tambahan	63
Tabel 3. 9 Pedoman Observasi Pemberian Makanan Tambahan.....	63
Tabel 4. 1 Data Pendidik.....	66
Tabel 4. 2 Jumlah Siswa RA Al-Hasan Tahun Ajaran 2023/2024	69
Tabel 4. 3 Sarana dan Prasarana di RA Al Hasan.....	71
Tabel 4. 4 Menu <i>Extra feeding</i> Kelas A Semester II di RA Al-Hasan.....	85
Tabel 4. 5 DETEKSI DINI TUMBUH KEMBANG KELAS A	100

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Tumpeng Gizi Seimbang.....	27
Gambar 3. 1 Analisis data model interaktif dari Miles dan Huberman	54
Gambar 4. 1 Peta Lokasi RA Al-Hasan	68

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Ijin Mengadakan Penelitian.....	109
Lampiran 2 Surat Keterangan Penetapan Dosen Pembimbing	110
Lampiran 3 Kartu Penulisan Bimbingan Skripsi	111
Lampiran 4 Surat Keterangan Perizinan Penelitian	112
Lampiran 5 Hasil wawancara dengan kepala sekolah RA Al Hasan	113
Lampiran 6 Hasil Wawancara dengan Guru Kelas A	116
Lampiran 7 Hasil Wawancara dengan Orang Tua	119
Lampiran 8 Pedoman Observasi Gizi Seimbang	121
Lampiran 9 Pedoman Observasi Pemberian Makanan Tambahan	123
Lampiran 10 Jadwal Penyedia dan Menu <i>Extra feeding</i>	124
Lampiran 11 Gambar Pengantaran Makanan oleh Orang Tua.....	125
Lampiran 12 Gambar Mencuci Tangan Sebelum dan Sesudah Makan	126
Lampiran 13 Gambar Pembiasaan Membaca Doa Sebelum Makan.....	127
Lampiran 14 Gambar Pelaksanaan Makan Bersama	128
Lampiran 15 Gambar Aktivitas Olahraga	129
Lampiran 16 Gambar Pemeriksaan Kesehatan Gigi dan Mulut Oleh Dokter.....	130
Lampiran 17 Gambar Pengukuran Tinggi Badan dan Penimbangan Berat Badan	131