

**PENERAPAN MAKANAN SEHAT DAN BERGIZI TERDAHAP  
KESEHATAN TUBUH PADA ANAK KELOMPOK A DI TK  
YUSTIKARINI KECAMATAN BANTAENG, KABUPATEN  
BANTAENG**



**SKRIPSI**

**Oleh**

**FEBRYANTI MIFTHAHUL JANNAH YUSUF**

**105451101820**

**PENDIDIKAN GURU PENDIDIKAN ANAK USIA DINI  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAKASSAR**

**2024**

**PENERAPAN MAKANAN SEHAT DAN BERGIZI TERDAHAP  
KESEHATAN TUBUH PADA ANAK KELOMPOK A DI TK  
YUSTIKARINI KECAMATAN BANTAENG, KABUPATEN  
BANTAENG**



**SKRIPSI**

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Guru Memperoleh Gelar (S1) Pada  
Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini Universitas  
Muhammadiyah Makassar

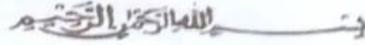
**Oleh:**

**FEBRYANTI MIFTHAHUL JANNAH YUSUF**

**105451101820**

**PENDIDIKAN GURU PENDIDIKAN ANAK USIA DINI  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAKASSAR**

**2024**



**LEMBAR PENGESAHAN**

Skripsi atas nama **Febryanti Mifthahul Jannah Yusuf**, NIM: **105451101820**, diterima dan disahkan oleh Panitia Ujian Skripsi berdasarkan Surat Keputusan Rektor Universitas Muhammadiyah Makassar Nomor: 372 Tahun 1446 H/2024 M, Pada Tanggal 19 Jumadil Awal 1446 H/21 November 2024 M, sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar **Sarjana Pendidikan** pada Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Makassar pada Hari **Sabtu** Tanggal **23 November 2024 M**.

Makassar, 21 Jumadil Awal 1446 H  
23 November 2024 M

Panitia Ujian

1. Pengawas Umum : **Dr. Ir. H. Abd Rakhim Nanda, MT, IPU** (.....)
2. Ketua : **Erwin Akib, M. Pd., Ph.D.** (.....)
3. Sekretaris : **Dr. Baharullah, M. Pd** (.....)
4. Dosen Penguji
  1. **Dr. Tasrif Akib, S.Pd., M.Pd** (.....)
  2. **M. Yusran Rahmat, S.Pd., M.Pd** (.....)
  3. **Sri Sufliati Romba, S.Pd., M.Pd** (.....)
  4. **Fadhilah Latief, S.Psi., M.Pd** (.....)

Disahkan Oleh,  
**Dekan FKIP Unismuh Makassar**



**Erwin Akib, M. Pd., Ph.D**

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ  
**PERSETUJUAN PEMBIMBING**

**Judul Skripsi : Penerapan Makanan Sehat dan Begizi Terhadap Kesehatan Tubuh Pada Anak Kelompok A di TK Yustikarini Kecamatan Bantaeng, Kabupaten Bantaeng.**

Mahasiswa yang bersangkutan

**Nama : Febrytanti Mifthahul Jannah Yusuf**

**NIM : 105451101820**

**Program Studi : Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini**

**Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan**

Setelah diperiksa dan diteliti ulang maka skripsi ini dinyatakan telah diujikan di hadapan Tim Penguji Skripsi pada Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Makassar.

Makassar, 23 November 2024

Disetujui Oleh:

Pembimbing I.

**Dr. Andi Paida, M.Pd**  
NIDN. 0924028802

Pembimbing II

**M. Yusran Rahmat, S.Pd., M.Pd**  
NIDN. 0912098903

Mengetahui,

Dekan FKIP  
Universitas Muhammadiyah Makassar  
  
**Erwin Akib, M.Pd., Ph.D**  
NBM : 860 934

Ketua Program Studi  
Pendidikan Guru PAUD

**Dr. Tasrif Akib, S.Pd., M.Pd**  
NBM : 951 830



بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

### SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini

Nama : Febryanti Mifthahul Jannah Yusuf

NIM : 105451101820

Jurusan : Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini

Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Judul Skripsi : Penerapan Makanan Sehat dan Bergizi Terhadap Kesehatan Tubuh  
Pada Anak Kelompok A di TK Yustikarini Kecamatan Bantaeng,  
Kabupaten Bantaeng.

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi yang saya ajukan di depan tim penguji  
adalah hasil karya saya sendiri dan bukan hasil ciptaan orang lain atau dibuatkan oleh  
siapapun

Demikian pernyataan ini saya buat dan saya bersedia menerima sanksi apabila  
pernyataan ini tidak benar

Makassar, 28 Oktober 2024  
Yang Membuat Pernyataan

  
Febryanti Mifthahul Jannah Yusuf



بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

### SURAT PERJANJIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Febryanti Mifthahul Jannah Yusuf

NIM : 105451101820

Jurusan : Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini

Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Dengan ini menyatakan perjanjian sebagai berikut:

1. Mulai dari penyusunan proposal sampai selesai penyusunan skripsi ini, saya akan menyusun sendiri skripsi saya (tidak dibuatkan oleh siapapun)
2. Dalam penyusunan skripsi, saya akan selalu melakukan konsultasi dengan pembimbing yang telah ditetapkan oleh pimpinan fakultas
3. Saya tidak akan melakukan penjiplakan (plagiat) dalam penyusunan skripsi
4. Apabila saya melanggar perjanjian seperti pada butir 1,2, dan 3 saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan aturan yang berlaku.

Demikian perjanjian ini saya buat dengan penuh kesadaran.

Makassar, 28 Oktober 2024

Yang Membuat Perjanjian

  
Febryanti Mifthahul Jannah Yusuf

## MOTTO

*"Setiap langkah kecil adalah awal dari perjalanan besar."*



**“Karya ini kupersembahkan untuk dua insan yang paling sempurna dan berharga dalam hidup saya, ayah dan ibu tercinta yang senantiasa menemani langkah dalam perjuangan hidup saya dari akhir hingga sekarang. Dengan karya ini saya berharap mampu mengangkat derajat kedua orang tua, serta seluruh keluarga, sahabat, dan orang-orang baik yang telah saya temui dihidup saya yang setia mendorong dan memotivasi”.**

## ABSTRAK

**Febryanti Mifthahul Jannah Yusuf, 2024.** *Penerapan Makanan Sehat Dan Bergizi Terhadap Kesehatan Tubuh Pada Anak Kelompok A Di Tk Yustikarini Kecamatan Bantaeng, Kabupaten Bantaeng.* Skripsi. Jurusan Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Makassar (dibimbing oleh Andi Paida dan M. Yusran Rahmat).

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui: 1) Menilai penerapan guru terhadap makanan sehat dan bergizi terhadap kesehatan tubuh anak usia dini di TK Yustikarini. 2) Menilai dampak dari penerapan makanan sehat dan bergizi di TK Yustikarini. Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Jumlah informan dalam penelitian ini sebanyak 2 guru TK Yustikarini, dan 10 orang tua siswa kelompok A TK Yustikarini.

Hasil Penelitian menunjukkan bahwa: Karakteristik kesehatan anak usia dini pada anak kelompok A di TK Yustikarini kecamatan Bantaeng, kabupaten Bantaeng. Penerapan makanan sehat dan bergizi terhadap kesehatan pada anak kelompok A di TK Yustikarini kecamatan Bantaeng, kabupaten Bantaeng berupa Penerapan makanan sehat pada kelompok A TK Yustikarini yang pertama adalah edukasi tentang gizi. Namun pada penerapannya pada kelompok A TK Yustikarini tidak konsisten. Dampak terhadap kesehatan anak setelah di terapkan makanan sehat memiliki harapan besar untuk memberi dampak pada pola makan anak-anak, meningkatkan kesehatan fisik dan mental mereka

**Kata kunci:** *makanan sehat, pendidikan anak usia dini, sehat*

## ABSTRACT

**Febryanti Mifthahul Jannah Yusuf, 2024.** *Penerapan Makanan Sehat Dan Bergizi Terhadap Kesehatan Tubuh Pada Anak Kelompok A Di Tk Yustikarini Kecamatan Bantaeng, Kabupaten Bantaeng.* Skripsi. Jurusan Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Makassar (dibimbing oleh Andi Paida dan M. Yusran Rahmat).

This research aims to find out: 1) Assess the teacher's application of healthy and nutritious food to the health of the early childhood body at Yustikarini Kindergarten. 2) Assess the impact of the application of healthy and nutritious food at Yustikarini Kindergarten. This type of research is qualitative research with a descriptive approach. The number of informants in this study were 2 teachers of Yustikarini Kindergarten, and 10 parents of group A students of Yustikarini Kindergarten.

The results showed that: Characteristics of early childhood health in group A children at Yustikarini Kindergarten, Bantaeng sub-district, Bantaeng district. Application of healthy and nutritious food to health in group A children at Yustikarini Kindergarten, Bantaeng sub-district, Bantaeng district in the form of Application of healthy food in group A Yustikarini Kindergarten the first is education about nutrition. However, the application in group A of Yustikarini Kindergarten is inconsistent. The impact on children's health after the application of healthy food has great hope to have an impact on children's diets, improving their physical and mental health.

**Keywords:** healthy food, early childhood education, healthy

## KATA PENGANTAR



Segala puji bagi Allah SWT yang telah memberikan kemudahan sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Penerapan Makanan Sehat Terhadap Kesehatan Tubuh Anak Usia Dini di kelompok A TK Yustikarini Kecamatan Bantaeng, Kabupaten” skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu persyaratan akademis dalam menyelesaikan studi Strata Satu (S1) pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini Universitas Muhammadiyah Makassar.

Selama pembuatan skripsi ini, penulis banyak dapatkan bantuan dari berbagai pihak, masukan-masukan dan tuntunan dalam penulisan, yang membuat tulisan ini menjadi lebih baik, meskipun masih banyak kekurangan-kekurangannya. Oleh karena itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada Kedua orang tua yang selalu mendoakan saya agar selalu diberikan kekuatan dan kesabaran dalam penyusunan proposal ini. Semoga keduanya diberikan kesehatan dan rahmat dari Allah Subhanawataala. Penulis tidak lupa mengucapkan terima kasih kepada Prof. Dr. H. Ambo Asse, M.Ag selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Makassar, Erwin Akib, M.Pd., Ph.D selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Makassar dan Dr.Tasrif Akib, S.Pd.,M.Pd. sebagai Ketua Jurusan Program Studi Guru Pendidikan Anak Usia Dini Universitas Muhammadiyah Makassar, yang telah memberi arahan serta petunjuk.

Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Dr. Andi Paida, M.Pd. selaku dosen pembimbing 1 dan M. Yusran Rahmat, S.Pd., M.Pd. selaku dosen pembimbing 2 yang telah meluangkan waktu dengan tulus untuk membimbing penulisan skripsi, dan segenap penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Seluruh Staf Pengajar, Karyawan dan Civitas Akademika di lingkungan Jurusan Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini Universitas Muhammadiyah Makassar. Serta Keluarga dan sahabat-sahabat yang senantiasa memberikan dorongan dan bantuan hingga selesainya tugas akhir ini.

Penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat, walaupun kami sadari bahwa skripsi ini masih memiliki beberapa kekurangan. Kami mengharapkan koreksi dan saran atas kekurangan dari tulisan ini guna untuk menyempurnakan. Akhir kata semoga semua bantuan dan amal baik tersebut mendapatkan limpahan berkah dan anugerah dari Allah Subhanawataala, Aamiin

Makassar, 4 September 2024

Febryanti Mifthahul Jannah Yusuf

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	iii
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	iv
SURAT PERNYATAAN.....	v
MOTTO.....	vi
ABSTRAK.....	vii
ABSTRACT.....	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR GAMBAR.....	xvi
DAFTAR SIMBOL DAN SINGKATAN.....	xvii
DAFTAR ISTILAH.....	xviii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xxiii
BAB I. PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	7
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II. KAJIAN PUSTAKA.....	9
A. Landasan Teori.....	9

B. Penelitian Relevan .....	20
C. Kerangka Berfikir .....	23
BAB III. METODE PENELITIAN.....	25
A. Jenis Penelitian .....	25
B. Populasi dan Sampel.....	25
C. Faktor Yang Diteliti.....	26
D. Prosedur Penelitian.....	26
E. Instrumen Penelitian.....	27
F. Teknik Pengumpulan Data.....	27
G. Teknik Analisis Data.....	28
H. Uji Keabsahan Dan Keberhasilan .....	29
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	31
A. Hasil Penelitian.....	31
B. Pembahasan.....	65
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN.....	82
A. Kesimpulan.....	82
B. Implikasi.....	83
C. Saran .....	84
DAFTAR PUSTAKA.....	85
LAMPIRAN.....	87
RIWAYAT HIDUP.....	139

## DAFTAR TABEL

Nomor	Judul	Halaman
4.1	Data guru dan anak TK Yustikarini 2024-2025 .....	32
4.2	Sarana dan prasarana TK Yustikarini .....	32



## DAFTAR GAMBAR

Nomor	Judul	Halaman
2.1	Kerangka Berpikir.....	24



## DAFTAR SIMBOL DAN SINGKATAN



<b>Singkatan</b>	<b>Arti dan Keterangan</b>
PAUD	: Pendidikan Anak Usia Dini
RI	: Republik Indonesia
WHO	: World Health Organization
ANC	: Antenatal Care (Perawatan Ibu Hamil)
PNC	: Postnatal Care (Perawatan Setelah Melahirkan)
KMS	: Kartu Menuju Sehat
KEK	: Kekurangan Energi Kronis
PTK	: Pendidik dan Tenaga Kependidikan
SDM	: Sumber Daya Manusia
Juknis	: Petunjuk Teknis
UUD	: Undang-Undang Dasar
BOS	: Bantuan Operasional Sekolah
UKS	: Usaha Kesehatan Sekolah
SDA	: Sumber Daya Alam
SK	: Surat Keputusan
TK	: Taman Kanak-kanak
PNS	: Pegawai Negeri Sipil

## DAFTAR ISTILAH

- Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) : Suatu upaya pembinaan yang ditujukan kepada anak sejak lahir hingga usia enam tahun melalui pemberian rangsangan pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani, agar anak memiliki kesiapan dalam memasuki pendidikan lebih lanjut.
- Golden Age : Masa perkembangan otak pada anak usia dini yang mencapai 80% dari keseluruhan perkembangan otak, menjadikannya periode yang sangat penting bagi pembentukan memori dan kemampuan otak anak.
- Nutrisi : Kebutuhan zat gizi yang diperlukan oleh tubuh untuk pertumbuhan dan perkembangan, termasuk di dalamnya protein, karbohidrat, lemak, vitamin, mineral, dan air.
- Obesitas : Kondisi kelebihan berat badan yang disebabkan oleh pola makan yang tidak sehat, seperti konsumsi berlebihan makanan berlemak dan bergula.
- Makanan Sehat dan : Makanan yang memiliki kandungan gizi

- Bergizi** : seimbang, mengandung serat dan zat-zat yang diperlukan tubuh untuk proses tumbuh kembang anak, seperti karbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan mineral.
- Food borne diseases** : Penyakit yang disebabkan oleh virus atau bakteri yang masuk ke dalam tubuh manusia melalui proses pencernaan makanan, contohnya cholera dan disentri.
- Zat Gizi** : Zat yang diperlukan oleh tubuh untuk pertumbuhan dan perkembangan, termasuk karbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan mineral.
- Stunting** : Kondisi gangguan pertumbuhan pada anak yang ditandai dengan tinggi badan yang kurang dibandingkan dengan standar usia, sering disebabkan oleh kekurangan gizi kronis.
- Asupan Gizi** : Jumlah dan jenis zat gizi yang dikonsumsi seseorang melalui makanan untuk memenuhi kebutuhan tubuh.
- Pola Makan Sehat** : Kebiasaan mengonsumsi makanan yang memiliki kandungan gizi yang seimbang, menghindari makanan berlemak, berkalori tinggi, dan mengandung bahan pengawet.

Stimulasi Pendidikan : Rangsangan yang diberikan kepada anak sejak usia dini untuk membantu perkembangan fisik, kognitif, dan emosional agar siap mengikuti pendidikan lebih lanjut

Triangulasi Data : Teknik validasi data dalam penelitian kualitatif yang melibatkan pengumpulan data dari berbagai sumber atau menggunakan berbagai metode untuk memastikan akurasi

ANC dan PNC (Antenatal and Postnatal Care) : Layanan kesehatan yang diberikan kepada ibu selama kehamilan (ANC) dan setelah melahirkan (PNC) untuk memastikan kesehatan ibu dan anak

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) : Kebiasaan yang diajarkan sejak dini kepada anak-anak, seperti mencuci tangan, menjaga kebersihan diri, dan mengonsumsi makanan sehat

Karbohidrat : Salah satu nutrisi makro yang menjadi sumber energi utama bagi tubuh, penting untuk perkembangan fisik anak

Protein : Zat gizi penting yang berfungsi sebagai pembangun jaringan tubuh dan memperbaiki sel-sel yang rusak

Karbohidrat Kompleks : Karbohidrat yang ditemukan dalam makanan

seperti nasi, roti gandum, ubi, dan kentang.

Karbohidrat kompleks membantu menjaga

kadar energi yang stabil pada anak-anak

Asam Lemak Omega-3 : Nutrisi penting bagi perkembangan otak, terutama bagian yang mengatur bahasa dan kemampuan berbicara. Omega-3 ditemukan dalam ikan berlemak seperti salmon, chia seeds, dan flax seeds

Kolesterol Baik (HDL) : Jenis kolesterol yang membantu membersihkan lemak jahat dari pembuluh darah. Kolesterol baik dapat ditemukan dalam makanan seperti minyak zaitun dan alpukat

Vitamin D : Vitamin yang penting untuk membantu penyerapan kalsium dan menjaga kesehatan tulang. Kekurangan vitamin D dapat menyebabkan tulang lemah dan hambatan pada perkembangan motorik

Kalsium : Mineral yang diperlukan untuk pertumbuhan tulang dan gigi yang kuat, serta untuk fungsi otot dan saraf. Kalsium dapat ditemukan dalam produk susu, sayuran hijau, dan ikan

Zat Besi : Nutrisi yang mendukung pembentukan hemoglobin dalam sel darah merah, yang

bertugas membawa oksigen ke seluruh tubuh.

Kekurangan zat besi dapat menyebabkan

anemia

Zinc (Seng) : Nutrisi penting untuk fungsi kognitif, yang membantu dalam perkembangan kemampuan berbicara anak

Junk Food : Makanan yang diproses secara berlebihan dengan kandungan gizi yang rendah tetapi tinggi lemak, gula, dan garam. Contohnya seperti keripik, permen, dan makanan cepat saji



## **BAB 1**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Pendidikan Anak Usia Dini adalah suatu upaya pembinaan yang ditujukan kepada anak sejak lahir sampai usia enam tahun yang dilakukan melalui pemberian rangsangan pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani agar anak memiliki kesiapan dalam memasuki pendidikan lebih lanjut (Republik Indonesia, 2003). Pertumbuhan dan perkembangan anak yang terjaga dengan baik merupakan salah satu modal untuk bisa memiliki daya saing di masyarakat. Anak usia dini, sebagai kelompok yang rentan terhadap berbagai masalah kesehatan, memiliki risiko jangka panjang terhadap kesehatan mereka di masa depan. Oleh karena itu, penting untuk memberikan perhatian khusus dalam mempromosikan perilaku hidup bersih dan sehat pada anak usia dini.

Hal ini mencakup praktik-praktik seperti mencuci tangan secara rutin, menjaga kebersihan lingkungan sekitar, menjaga pola makan sehat, dan menjalankan kebiasaan higiene pribadi yang baik (WHO, 2020).

Pendidikan anak usia dini adalah pendidikan yang diberikan kepada anak usia di bawah tujuh tahun. Di Indonesia kategori anak usia dini adalah anak berusia 0 tahun hingga 6 tahun. Anak usia dini lahir ke dunia dengan membawa segenap potensi (kecerdasan) yang dianugerahkan Tuhan, namun potensi-potensi tersebut tidak akan berkembang dan muncul secara optimal pada diri anak jika tidak distimulasi sejak usia dini. Retno Mardhiati dalam jurnalnya mengungkapkan

Masa Golden Age merupakan masa dimana tahap perkembangan otak pada anak usia dini menempati posisi yang paling vital yakni mencapai 80% perkembangan otak. Pada masa usia dini kemampuan memori otak mencapai tingkat maksimal. Anak yang mendapatkan pesan kesehatan yang intens semenjak usia 0-6 tahun memiliki harapan lebih besar untuk berperilaku sehat di masa mendatang. Sebaliknya anak yang tidak mendapatkan pesan kesehatan yang tidak intens maka perilaku sehat sulit terbentuk. Pendidikan kesehatan pada usia ini adalah peletak dasar bagi pendidikan kesehatan selanjutnya.

Anak usia dini merupakan individu yang mengalami proses perkembangan yang pesat dan vital bagi kehidupannya kelak. Anak usia dini merupakan aset yang dimiliki suatu bangsa di kehidupan mendatang. Oleh karena itu kita sebagai orangtua dan guru hendaknya memberikan pendidikan yang bermakna bagi anak dengan memberikan stimulasi yang sesuai dengan tahapan perkembangannya agar anak dapat berkembang secara maksimal. Pemerintah telah membuat aturan melalui Peraturan Presiden RI. No 60 Tahun 2013 tentang PAUD-Holistik Integratif atau Pengembangan Anak Usia Dini Holistik Integratif yang berbunyi pentingnya pemenuhan kebutuhan penting bagi anak secara lengkap meliputi aspek kesehatan, gizi dan perawatan, pendidikan dan pengasuhan serta perlindungan dan kesejahteraan tujuannya agar perkembangan anak dapat tumbuh dan berkembang secara maksimal.

Kesehatan merupakan salah satu faktor utama dan sangat penting dalam perkembangan anak. Ketika kondisi kesehatan anak kurang sehat, akan berdampak pada berbagai hal yang berkaitan dengan perkembangannya dan terhadap

berbagai aktivitas yang akan dilakukannya. Hal utama untuk menjaga kondisi kesehatan anak adalah dengan memerhatikan gizi yang terkandung dalam makanan yang dikonsumsi. Status gizi yang baik merupakan salah satu faktor penentu keberhasilan anak dalam belajar. Nutrisi buruk di awal tahun-tahun pertama usia anak dapat mengakibatkan lemahnya fokus, memori, dan kemampuan anak (Awaluddin et.al., 2017).

Tahap perkembangan prasekolah anak usia dini merupakan consumer pasif, setiap asupan gizi dalam makanan yang diterima anak dari ibunya atau gurunya. Status kesehatan anak usia prasekolah dapat dipengaruhi dari pemberian pola makan dari para orangtua, Hockenberry (dalam Sambo Mery et.al 2020 : 425). Pola makanan yang kurang tepat akan menyebabkan obesitas (kegemukan), penyakit yang parah, mengalami gangguan pada kecerdasan intelektual anak, Waber (dalam Sambo Mery 2020 : 425). Tumbuh kembang anak usia dini dapat berjalan dengan baik ketika kebutuhan zat gizi makanannya terpenuhi, adanya faktor lingkungan yang baik, dan faktor genetik (Jatmikowati et.al., 2023). Nutrisi menjadi kebutuhan untuk tumbuh dan berkembang selama masa pertumbuhan. Dalam nutrisi terdapat kebutuhan zat gizi yang diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan seperti protein, karbohidrat, lemak, mineral, vitamin, dan air. Apabila kebutuhan nutrisi seseorang tidak atau kurang terpenuhi maka dapat menghambat pertumbuhan dan perkembangannya (Vyanti, et.al., 2022).

Makanan merupakan kebutuhan mendasar bagi setiap manusia di bumi ini. Makanan yang dikonsumsi oleh anak berperan besar terhadap kehidupan masa depannya. Kecukupan gizi yang masuk ke tubuh anak berpengaruh pada kesehatan dan kecerdasan anak. Pola makanan yang dikonsumsi oleh anak sejak dini akan mempengaruhi dan bahkan menjadi pola makanan yang dibawanya sampai kelak sang anak dewasa. Oleh sebab itu, pengetahuan dan kemampuan orang tua serta orang dewasa di sekitar anak untuk mengolah makanan sehat sangatlah utama.

Jatmikowati et al., (2023) mengungkapkan bahwasanya pembelajaran tentang makanan sehat di PAUD perlu dilakukan guna mengenalkan pada anak tentang konsep menu dengan muatan gizi seimbang dan halal, agar anak mengetahui jenis makanan yang dapat dikonsumsi dan menjadikan anak sehat. Guru bisa menjadwalkan kegiatan makan bersama di sekolah, yang mana melibatkan orang tua dalam persiapannya. Dengan cara ini, guru bisa menciptakan suasana yang menyenangkan bagi anak yang akan membuat mereka bersemangat untuk makan menu yang disediakan.

Hal tersebut juga harus didukung oleh orang tua sebagai penyedia makanan bagi anak-anak mereka, hal lain yang bisa dilakukan oleh orang tua adalah dengan membiasakan anak konsumsi makanan sehat sejak dini dengan cara mengajak anak untuk bersama-sama menyipakan menu makanan yang akan dimakan serta secara bertahap menjelaskan kepada anak tentang kandungan dan manfaat nutrisi yang ada dalam bahan makanan yang akan mereka konsumsi. Selain itu usaha untuk mempertahankan nafsu makan pada anak-anak juga sangat

penting. Hal tersebut bisa dilakukan dengan variasi menu makanan yang beragam sehingga mereka tidak bosan dengan makanan yang hanya itu-itu saja (Amalia & Nurfadilah, 2020). Cara lain yang bisa guru berikan kepada anak-anak di pendidikan anak usia dini adalah dengan mengenalkan kebiasaan makan sehat, yaitu dengan mengajarkan kepada mereka kebiasaan apa saja yang harus dilakukan sebelum makan, pada saat makan dan setelah makan. Misalnya; mencuci tangan sebelum dan sesudah makan, mencuci buah atau sayuran sebelum diolah dan membersihkan tempat makan ketika mereka selesai makan. Hal ini bisa membuat anak merasa nyaman ketika mereka sedang makan dan menikmati menu makanan yang disediakan.

Berdasarkan hasil observasi awal pada tanggal 12 Desember 2023 yang bertempat di TK Yustikarini Kecamatan Bantaeng, Kabupaten Bantaeng. Di mana pada saat istirahat berlangsung anak tidak di persilahkan cuci tangannya terlebih dahulu sebelum makan melainkan dengan anak-anak hanya langsung makan. Pada hasil observasi juga di temukan guru pada saat anak makan bersama guru tidak mendampingi siswanya atau tidak terlihat mereka makan bersama melainkan anak-anak tersebut makan secara tidak beraturan, kurangnya pengenalan makanan atau obrolan singkat terhadap guru dan siswanya tentang bekal yang di bawa siswanya. Oleh karena itu, Ditemukan bahwa anak belum mengetahui makanan sehat, anak belum mengetahui makanan yang membahayakan dan merusak kesehatan, membedakan makanan yang sehat dan makanan yang tidak sehat untuk dikonsumsi, anak masih mengkonsumsi jajanan luar sekolah yang kurang sehat seperti telur gulung, bakso tusuk, permen, es dengan banyak pewarna di

karenakan kurangnya pemahan guru terhadap makanan sehat dan bergizi yang di konsumsi siswanya.

kebanyaknya anak membawa jajanan yang kurang sehat ke sekolah, bahkan guru pun mengkonsumsi jajanan yang dijual diluar sekolah. Bukan hanya guru, orang tua juga kurang memperhatikan bekal yang dibawa anak, bekal makanan yang dibawa anak kebanyakan makanan kemasan olahan pabrik.

Orang tua kurang fokus pada wawasan tentang pola makan sehat, seharusnya orang tua harus membentuk pola yang sehat untuk anak, kiat- kiat memotivasi anak yang susah makan, praktek menyusun menu yang baik, memilih dan menyiapkan camilan sehat. Guru kurang interaktif dalam mengenalkan dan menginformasikan kepada peserta didik tentang jenis makanan serta kandungan nutrisi dan meskipun manfaatnya bagi Kesehatan tubuh hanya sebagian saja yang di jelaskan. Pada kesempatan yang lain, peneliti mengamati ketika guru menyajikan tema makanan sehat kepada peserta didik. Guru hanya menyebutkan macam-macamnya saja dan itupun hanya berupa gambar. Hal tersebut membuat peserta menjadi kurang tertarik untuk mengikuti.

Dari hasil pengamatan awal terhadap guru yang kurang optimal dalam memberikan stimulasi dan pembelajaran makanan sehat bagi anak, kebersamaan makan bersama anak didik, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Penerapan Eating Clean Terhadap Kesehatan Tubuh pada Anak Kelompok A di TK Yustikarini Kecamatan Bantaeng, Kabupaten Bantaeng”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan diatas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Bagaimana penerapan makanan sehat dan bergizi terhadap kesehatan tubuh pada anak kelompok A di TK Yustikarini Kecamatan Bantaeng, Kabupaten Bantaeng?
2. Bagaimana dampak terhadap kesehatan anak setelah di terapkan makanan sehat dan bergizi di TK Yustikarini Kecamatan Bantaeng, Kabupaten Bantaeng?

## **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah yang dipaparkan diatas, maka tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Menilai penerapan guru terhadap makanan sehat dan bergizi terhadap kesehatan tubuh anak usia dini di TK Yustikarini.
2. Menilai dampak dari penerapan makanan sehat dan bergizi di TK Yustikarini

## **D. Manfaat Penelitian**

Berdasarkan tujuan penelitian yang hendak dicapai, maka penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat dan kegunaan dalam dunia pendidikan. Manfaat yang dimaksud adalah sebagai berikut :

## 1. Secara Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber referensi bagi para pembaca agar dapat menambah wawasan dan pengetahuan baru yang mungkin nanti akan bisa dipelajari.

## 2. Secara Praktis

### a. Guru

1. Dapat meningkatkan kinerja guru PAUD dalam memilih dan memanfaatkan berbagai metode dan media pembelajaran.
2. Dapat meningkatkan kinerja dalam menerapkan metode dan media pembelajaran yang sesuai dengan materi pembelajaran

### b. Anak

1. Dapat meningkatkan kemampuan anak dalam berpikir logis berdasarkan dari pengalamannya
2. Dapat mengetahui makanan-makanan sehat dan bergizi yang dapat di konsumsi sehari-hari.
3. Dapat meningkatkan kreativitas anak dalam proses belajar

### c. Orang tua

Orang tua dapat berkolaborasi dengan sekolah dalam mendukung tumbuh kembang anak dengan memberikan makanan yang sehat dan bergizi terhadap kesehatan anak baik itu di sekolah maupun di rumah.

## BAB II

### KAJIAN PUSTAKA

#### A. Landasan Teori

##### 1. Kesehatan anak usia dini

###### a. Pengertian kesehatan tubuh anak usia dini

Kesehatan merupakan kondisi dimana kita berada jauh atau terbebas dari penyakit. Kesehatan menjadi salah satu faktor penting dalam upaya pembangunan Sumber Daya Manusia (SDM), termasuk pendidikan. Oleh karena itu, menjadi hal yang wajar jika penjaminan kesehatan di Indonesia juga tertuang dalam UUD 1945 pasal 28H dan dijabarkan dalam UU RI No. 9 tahun 1960. Disahkannya perundangan tersebut, maka dapat dikatakan bahwa negara menjamin seluruh warganya tidak terkecuali bagi anak usia dini untuk memperoleh hak asasinya dalam mendapatkan pelayanan kesehatan .

Membentuk perilaku sehat anak dimulai sejak usia dini. Hal ini dikarenakan usia dini merupakan masa Golden Age (Usia keemasan). Masa Golden Age merupakan masa dimana tahap perkembangan otak pada anak usia dini menempati posisi yang paling vital yakni mencapai 80% perkembangan otak. Pada masa usia dini kemampuan memori otak mencapai tingkat maksimal. Anak yang mendapatkan pesan kesehatan yang intens semenjak usia 0-6 tahun memiliki harapan lebih besar untuk berperilaku sehat di masa mendatang. Sebaliknya anak yang tidak mendapatkan pesan kesehatan yang tidak intens maka perilaku sehat sulit

terbentuk. Pendidikan kesehatan pada usia ini adalah peletak dasar bagi pendidikan kesehatan selanjutnya.

Anak usia dini berada pada masa perkembangan dan pertumbuhan anak sehingga sangat potensial untuk peletakan nilai-nilai. Disamping itu, pada usia tersebut anak rentan terserang penyakit. Hal ini di karenakan kebersihan makanan anak seringkali tidak terkontrol sehingga sangat rentan terhadap penularan bakteri dan virus atau biasa di sebut dengan food borne diseases. Food borne disease adalah suatu penyakit karena adanya virus atau bakteri yang masuk ke dalam tubuh manusia melalui proses pencernaan makanan, seperti cholera, helminthic infections (kecacingan), Dysenter (disentri), dan lain-lainnya (Aulina et al.,2019).

#### **b. Karakteristik kesehatan tubuh anak usia dini**

Kesehatan anak berdasarkan indikator dari Depkes 2009, anak sehat memiliki kriteria yaitu :

1. Berat badan naik sesuai garis pertumbuhan mengikuti pita hijau pada Kartu Manuju Sehat (KMS), atau naik ke pita warna di atasnya.
2. Anak bertambah tinggi
3. Kemampuan bertambah sesuai usia
4. Jarang sakit
5. Ceria, aktif, lincah

Menurut Departemen Kesehatan Republik Indonesia Pada Tahun 2014, ciri- ciri anak sehat dapat dilihat sebagai berikut:

1. Rongga mulut bersih, gusi tidak mudah berdarah, tidak bau mulut, tidak ada sariawan
2. Gigi bersih, tidak ada keluhan sakit gigi, tidak ada kerusakan gigi seperti gigi berlubang.
3. Bibir dan lidah tampak segar, bersih, tidak pucat, tidak kering, tidak pecah-pecah.

4. Mata bersih, bersinar, tidak merah, tidak bengkak, tidak gatal, dan tidak nyeri.
5. Hidung bersih, tidak mudah berdarah (mimisan).
6. Telinga tidak berbau, bersih dan sehat tanpa

**c. Faktor yang mempengaruhi kesehatan tubuh anak usia dini**

Beberapa faktor yang menyebabkan terjadinya stunting diantaranya adalah kurangnya pengetahuan ibu mengenai kesehatan dan gizi pada masa sebelum dan masa kehamilan serta setelah melahirkan sehingga mengakibatkan kurang baiknya praktik pengasuhan anak, pelayanan kesehatan terutama ANC dan PNC sehingga akses untuk memperoleh pembelajaran dini yang berkualitas berkurang, masih kurangnya akses keluarga untuk memperoleh makanan bergizi yang disebabkan oleh masalah ekonomi yang rendah, kurangnya akses terhadap penggunaan air bersih dan sanitasi yang baik (Wardanengsih et al., 2022).

Faktor yang pertama adalah faktor genetik/hereditas merupakan faktor internal yang berpengaruh terhadap pertumbuhan dan perkembangan individu. Hereditas sendiri dapat diartikan sebagai totalitas karakteristik individu yang diwariskan orang tua. Sejalan dengan itu, faktor genetik dapat diartikan sebagai segala potensi (baik fisik maupun psikis) yang dimiliki individu sejak masa prakelahiran sebagai pewarisan dari pihak orang tua melalui gen-gen yang dimiliki oleh orang tua. Dari definisi tersebut, yang perlu digaris bawahi adalah faktor ini bersifat potensial, pewarisan/bawaan dan alamiah (nature) (Latifah, 2017).

Kedua, faktor lingkungan (nurture), lingkungan merupakan faktor eksternal yang turut membentuk dan mempengaruhi perkembangan individu (Latifah, 2017). Seperti yang telah dijelaskan sebelumnya, bahwa faktor genetik bersifat potensial dan lingkungan yang akan menjadikannya aktual. Ada beberapa faktor lingkungan yang sangat menonjol yakni dalam lingkungan keluarga. Alasan tentang pentingnya peranan keluarga bagi perkembangan anak, adalah: (a) keluarga merupakan kelompok sosial pertama yang menjadi pusat identifikasi anak; (b) keluarga merupakan lingkungan pertama yang mengenalkan nilai-nilai kehidupan kepada anak; (c) orang tua dan anggota keluarga merupakan “significant people” bagi perkembangan kepribadian anak; (d) keluarga sebagai institusi yang memfasilitasi kebutuhan dasar insani (manusiawi), baik yang bersifat fiktif biologis, maupun sosio-psikologis; dan (e) anak banyak menghabiskan waktunya di lingkungan keluarga.

Faktor yang ketiga adalah kondisi kehamilan. Kondisi kehamilan pada dasarnya tumbuh kembang anak sudah dimulai sejak dalam kandungan. Tumbuh kembang janin di dalam kandungan sangat pesat. Oleh karena itu janin harus benar-benar dijaga jangan sampai mengalami hambatan dalam tumbuh kembangnya. Kondisi kehamilan ibu dapat mempengaruhi tumbuh kembangnya anak. Ibu hamil yang kekurangan nutrisi/KEK pada kehamilan dilihat pada kondisi ekonominya yang menengah kebawah, sehingga kecukupan gizi ibu tidak terpenuhi.

Faktor yang keempat adalah komplikasi persalinan. Komplikasi persalinan dapat mempengaruhi perkembangan anak balita. Karena jika ada komplikasi pada saat persalinan pada saat nanti anak tersebut tumbuh dan berkembang akan ada gangguan perkembangan.

Faktor yang kelima adalah pemenuhan nutrisi. Peran ibu sangatlah penting dalam pemenuhan nutrisi dalam perkembangan anak karena apa yang dimakan anak akan asupan gizi untuk menjadi zat pembangun pertumbuhan dan perkembangan anak. Agar perkembangan anak sesuai dan normal sesuai dengan umur anak. Satu aspek penting dalam pemberian makanan pada anak yaitu keamanan makanan dan terbebas dari berbagai racun kimia yang kian mengancam kesehatan anak.

Kurang baiknya pemenuhan nutrisi disebabkan adanya faktor sulit makan, pilih-pilih makanan, suka jajan di luar, makanan junkfood dan makanan ringan. Pada segi keluarga balita yang menengah kebawah mengalami masalah pada pemenuhan nutrisi anaknya karena untuk memenuhi kebutuhan ekonomi keluarga saja sudah susah, padahal ibu atau tenaga pendidik keluarga harusnya tahu tidak hanya harus makan ikan atau daging saja untuk bisa memenuhi kebutuhan nutrisi anaknya, dengan tahu, tempe pengganti lauk, sayuran hijau seta buah juga susu bisa untuk memenuhi kebutuhan keluarga.

## **2. Kajian tentang makanan sehat dan bergizi anak usia dini**

### **a. Pengertian makanan sehat dan bergizi anak usia dini**

Makanan sehat menurut Lestari (2008:196) yaitu makanan yang memiliki kandungan gizi seimbang, mengandung serat dan zat-zat yang diperlukan tubuh untuk proses tumbuh kembang anak. Makanan yang sehat adalah makanan yang mengandung berbagai macam nutrisi yang dibutuhkan oleh tubuh. Tubuh manusia membutuhkan bermacam nutrisi untuk menjaga tubuh tetap sehat dan pertumbuhan yang agar dapat berjalan dengan optimal.

Makanan sehat di sekolah penting untuk diterapkan dengan baik dengan memberdayakan siswa, guru, dan masyarakat di sekitar sekolah untuk melaksanakan perilaku hidup bersih dan sehat dalam rangka mewujudkan sekolah sehat.

Melihat pentingnya pemberian makanan sehat pada anak usia dini maka pemerintah telah membentuk sebuah program yaitu program pemberian makanan sehat pada anak usia dini yang tercantum dalam Peraturan Direktur Jendral Pendidikan Anak Usia Dini dan Pendidikan

Masyarakat Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 27 tahun 2019 tentang Petunjuk Teknis (Juknis) Bantuan Pemberian Makanan Sehat tahun 2019.

Pembiasaan hidup sehat serta Pendidikan Kesehatan Gizi hendaknya diberikan pada anak sejak usia dini. Anak usia dini dianggap sebagai jendela awal untuk peluang intervensi gaya hidup, karena usia dini merupakan tahap kehidupan yang paling kritis di mana anak-anak akan mengumpulkan pengetahuan dan keterampilan seputar perilaku hidup sehat seperti makan makanan sehat, kebersihan diri/lingkungan dan aktivitas fisik. Proses pengumpulan pengetahuan dan keterampilan tersebut didapatkan anak melalui lingkungan salah satunya adalah lingkungan sekolah (Keselman & Zeyer, 2022).

**b. Manfaat makanan sehat**

Makanan sehat bermanfaat agar anak mampu mengetahui jenis makanan sehat. Bukan hanya itu, pengetahuan makanan bersih merupakan pondasi agar seseorang dapat memilih makanan secara tepat, memiliki pola makan yang baik dan terhindar dari berbagai penyakit yang diakibatkan salah makanan. Oleh karena itu, pengetahuan tentang makanan sehat sebaiknya dimiliki sejak usia dini.

Gizi ialah salah bentuk kesatuan kebutuhan diri yang didapat dari dalam tubuh manusia melalui pemberian makanan yang di konsumsi pada setiap harinya, setiap individu mempunyai perbedaan dalam kadar yang dibutuhkan bagi tubuh, baik untuk anak usia dini maupun untuk orang

dewasa. Menurut Almtsier (dalam Umasugi Fajria 2020 : 5) pedoman umum pemenuhan asupan gizi yang sesuai dengan kadar pemenuhan merupakan acuan yang distruktur dalam kerangka sebagai kecukupan pemenuhan salah satu estimasi Pertembungan Gizi Internasional tercapai dan terpeliharanya kesehatan juga kesejahteraan gizi bagi seluruh masyarakat yang termasuk dalam persyaratan untuk membangun (SDA) sumber daya manusia.

Menurut Grace Judio bahwa dengan memberikan makanan yang sehat sejak dini akan memberi manfaat besar bagi tumbuh kembang anaksekarang dan masa depan. Ada beberapa manfaat makanan sehat anak sebagai berikut (Novianti 2019):

1. Gizi yang baik akan mendukung tumbuh-kembang anak sesuai dengan usianya
2. Anak-anak usia 6 tahun kebawah umumnya mudah terserang penyakit, sehingga asupan makanan sehat akan membantu membentuk daya tahan tubuh anak
3. Usia dini adalah periode emas perkembangan otak, sehingga dengan memenuhi nutrisi anak maka akan mendukung kecerdasan anak tersebut
4. Dengan daya tahan tubuh yang lebih baik, anak akan lebih aktif dan ceria

Menurut Aek Nabara (Novianti 2019) manfaat makanan sehat bukan hanya sekedar untuk menghilangkan rasa lapar, tetapi lebih utama adalah untuk mendapatkan tenaga, mendapatkan zat-zat pembangun bagi sel-sel tubuh, mempertinggi daya tahan tubuh terhadap penyakit, serta untuk menjamin kelancaran segala macam proses yang terjadi di dalam tubuh.

Makanan sehat akan mempengaruhi perkembangan dan pertumbuhan tubuh. Jika makanan yang dikonsumsi cukup mengandung gizi yang diperlukan oleh tubuh, maka pertumbuhan badan dan otaknya juga menjadi lancar. Namun, apabila makanan yang dikonsumsi kurang mendapat asupan gizi, maka pertumbuhan anak menjadi lambat dan selain itu anak mudah terserang penyakit.

**c. Syarat-Syarat Makanan sehat**

Makanan sehat merupakan makanan yang bergizi. Sebelum menyajikan makanan untuk keluarga terutama anak, perlu sekali mengetahui beberapa syarat gizi makanan agar dalam pengolahan dan penyajiannya tepat.

Menurut Santoso dan Ranti (Nurchayati et.al., 2014) syarat makanan sehat untuk anak adalah sebagai berikut:

1. Mengandung protein, lemak dan karbohidrat yang seimbang
2. Mengandung air dan garam mineral serta vitamin yang cukup
3. Jumlahnya mencukupi tapi tidak berlebihan
4. Tidak berduri atau bertulang kecil
5. Mudah dicerna oleh tubuh
6. Steril dan higienis
7. memiliki rasa yang enak dan menarik bagi anak

Dari pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa syarat makanan sehat adalah makan yang mengandung banyak gizi yang seimbang yang dibutuhkan oleh tubuh dan mencakupi kebutuhan pertumbuhan anak serta memiliki rasa yang enak dan tampilan yang menarik.

#### **d. Jenis-Jenis Makanan Sehat**

Kandungan zat dan gizi yang terkandung dalam makanan sehat menurut Dep. Kes RI dalam jurnalnya Suparyanto (Novianti : 2019) adalah sebagai berikut:

1. **Protein:** Protein dalam tubuh merupakan asam amino esensial yang diperlukan sebagai zat pembangun untuk pertumbuhan dan pembentukan, menggantikan sel-sel rusak, memelihara keseimbangan asam basa cairan tubuh, dan sumber energi.
2. **Mineral:** Mineral merupakan bagian dari tubuh dan memegang peranan penting dalam pemeliharaan fungsi tubuh, baik pada tingkat sel, jaringan, organ maupun fungsi tubuh secara keseluruhan. Didalam ketersediaannya tidak semua bahan makanan bisa mengandung mineral yang bisa digunakan untuk keperluan tubuh, dan dimanfaatkan oleh tubuh.
3. **Vitamin:** Vitamin adalah zat organik yang kompleks yang dibutuhkan dalam jumlah sangat kecil dan pada umumnya tidak didapat dibentuk oleh tubuh. Oleh karena itu harus didatangkan dari makanan, Vitamin termasuk kelompok zat pengatur pertumbuhan dan pemeliharaan kehidupan. Tiap vitamin mempunyai tugas spesifik di dalam tubuh.
4. **Lemak:** Lemak merupakan zat padat energi, dimana kandungan energinya dua kali lipat karbohidrat dan protein. Makanan yang mengandung lemak adalah daging berlemak, margarin, minyak goreng, jeroan, keju dan lain-lain. Fungsi dari lemak adalah membentuk jaringan tubuh, sebagai pelarut, vitamin yang larut lemak seperti vitamin A, D, E, K.

Dari pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa kandungan makanan sehat mengandung beberapa zat-zat gizi yang diperlukan oleh tubuh dan memberikan kesehatan untuk pertumbuhan anak.

#### e. Ciri-Ciri Makanan Sehat dan Makanan Tidak Sehat

Menurut Dani dalam jurnal (Novianti : 2019) ciri-ciri makanan sehat dan makanan tidak sehat adalah sebagai berikut :

Ciri-ciri makanan sehat

- a) Tidak banyak mengandung lemak hewani
- b) Rendah garam dan MSG, penggunaan penyedap rasa yang banyak beredar dipasaran memang membuat makanan terasa gurih dan nikmat, tetapi bukan berarti menjadi lebih sehat
- c) Banyak mengandung sayuran atau serat
- d) Tidak / sedikit menggunakan bahan pengawet. Setiap bahan makanan yang dikemas umumnya menggunakan bahan pengawet, seperti bumbu kaldu, makanan kaleng dan banyak lainnya
- e) Menggunakan sedikit minyak goreng
- f) Tidak bersantan
- g) Tidak terlalu pedas
- h) Dimasak matang, jadi tidak setengah matang atau terlalu lama matang
- i) Mengandung zat-zat gizi

2. Ciri-ciri makanan tidak sehat

- a) Mengandung formalin: Formalin adalah larutan formaldehida dalam air dan dilarang digunakan dalam pangan sebagai pengawet. Formalin digunakan pada industri pabrik, anti busa, bahan konstruksi, kertas, karpet, textile, cat, mebel, dan pengawet. Formalin dapat menyebabkan kanker.

Dari pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa ciri ciri makanan sehat adalah makanan yang tidak mengandung bahan kimia yang tidak bagi kesehatan dan pertumbuhan anak, sedangkan ciri-ciri makanan yang tidak sehat adalah makanan yang terkontaminasi oleh bakteri atau kuman dan mengandung banyak zat-zat kimia yang menyebabkan adanya penyakit di tubuh anak.

## B. Penelitian yang Relevan

1. Penelitian yang dilakukan oleh Novianti et.al (2019). Adapun metode penelitian yang dilakukan dalam penelitian ini adalah Metode penelitian yang digunakan yaitu metode penelitian eksperimen. Berdasarkan hasil pengolahan instrumen awal ditemukan permasalahan nyata tentang pengetahuan makanan sehat anak yaitu masih ada anak yang kurang memahami apa itu makanan sehat, masih ada anak yang tidak suka makan sayur-sayuran. Terkait dengan permasalahan pengetahuan makanan sehat anak maka peneliti akan menyajikan hasil penelitian yang mengungkapkan tentang kegiatan cooking dalam meningkatkan pengetahuan makanan sehat pada anak usia 4-6 tahun. Untuk mengawali kegiatan penelitian maka berdasarkan kisi-kisi instrumen peneliti melihat pengetahuan makanan sehat pada anak.
2. Penelitian yang dilakukan oleh Moh. Hikam Istifaul Amin et.al (2023), Penelitian ini adalah metode deskriptif, pendekatan yang dipergunakan didalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif. Berdasarkan hasil penelitian Pembiasaan hidup sehat dan berperilaku baik pada anak usia dini sudah dilaksanakan dengan baik dan rutin sesuai dengan pedoman yang sudah. Untuk waktu pelaksanaan pemberian makanan sehat disesuaikan dengan hasil surat kesepakatan yang diberikan setiap satu minggu sekali setiap hari kamis jam 10.00 WIB untuk makan siang anak, jumlah pemberian makanan sehat selama 2 bulan hanya diberikan sebanyak 6 kali pemberian maka dari itu untuk jumlah pemberian makanan sehat belum sesuai dengan pedoman yang ada yaitu diberikan 1 minggu sekali atau 20 kali dalam kurun waktu maksimal 5 bulan. Selain itu dukungan penyuluhan perilaku hidup bersih dan sehat oleh petugas kesehatan sudah dilaksanakan sesuai dengan pedoman yaitu dilaksanakan minimal 1 kali dalam kurun waktu 6 bulan.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Siti Khodijah (2016). Penelitian ini bertujuan untuk melihat upaya orang tua dalam membangun pola makan sehat, serta program pendidikan gizi yang sesuai dengan kondisi di tempat penelitian. Penyusunan program pendidikan gizi dilakukan melalui metode penelitian tindakan kolaboratif dengan model Kemmis & Taggart. Berdasarkan hasil penelitian Penelitian ini menghasilkan program yang sesuai dengan kondisi di PAUD Kenanga. Program untuk orang tua dengan fokus pada penguatan dan penambahan wawasan ibu tentang pola makan sehat, upaya membentuk pola yang sehat untuk anak, kiat-kiat memotivasi anak yang susah makan, praktek menyusun menu yang baik, memilih dan menyiapkan camilan sehat, merencanakan apa yang akan anak makan dalam satu hari, memilih jajanan sehat dan kiat membatasi jajanan anak.
4. Penelitian yang dilakukan oleh Jatmikowati et.al (2023). Penelitian ini bertujuan mengetahui peran guru dan orangtua dalam mengenalkan makanan sehat gizi seimbang pada anak. Berdasarkan hasil observasi, guru membenalkan makanan bergizi dengan cara menunjukkan macam-macam makanan bergizi, warnanya, dari rasa sampai sumber gizi dari makanan. Dalam proses pembelajaran, guru tidak menggunakan real objects sehingga pemahaman siswa tentang macam- macam sayur dan buah menjadi kurang nyata, karena mereka tidak bisa secara langsung merasakan bagaimana tekstur dan rasa dari bahan-bahan makanan tersebut.. Meskipun demikian dalam kegiatan tersebut, anak-anak bisa memahami dengan cukup baik. Hal ini terbukti bahwa sebagian besar anak

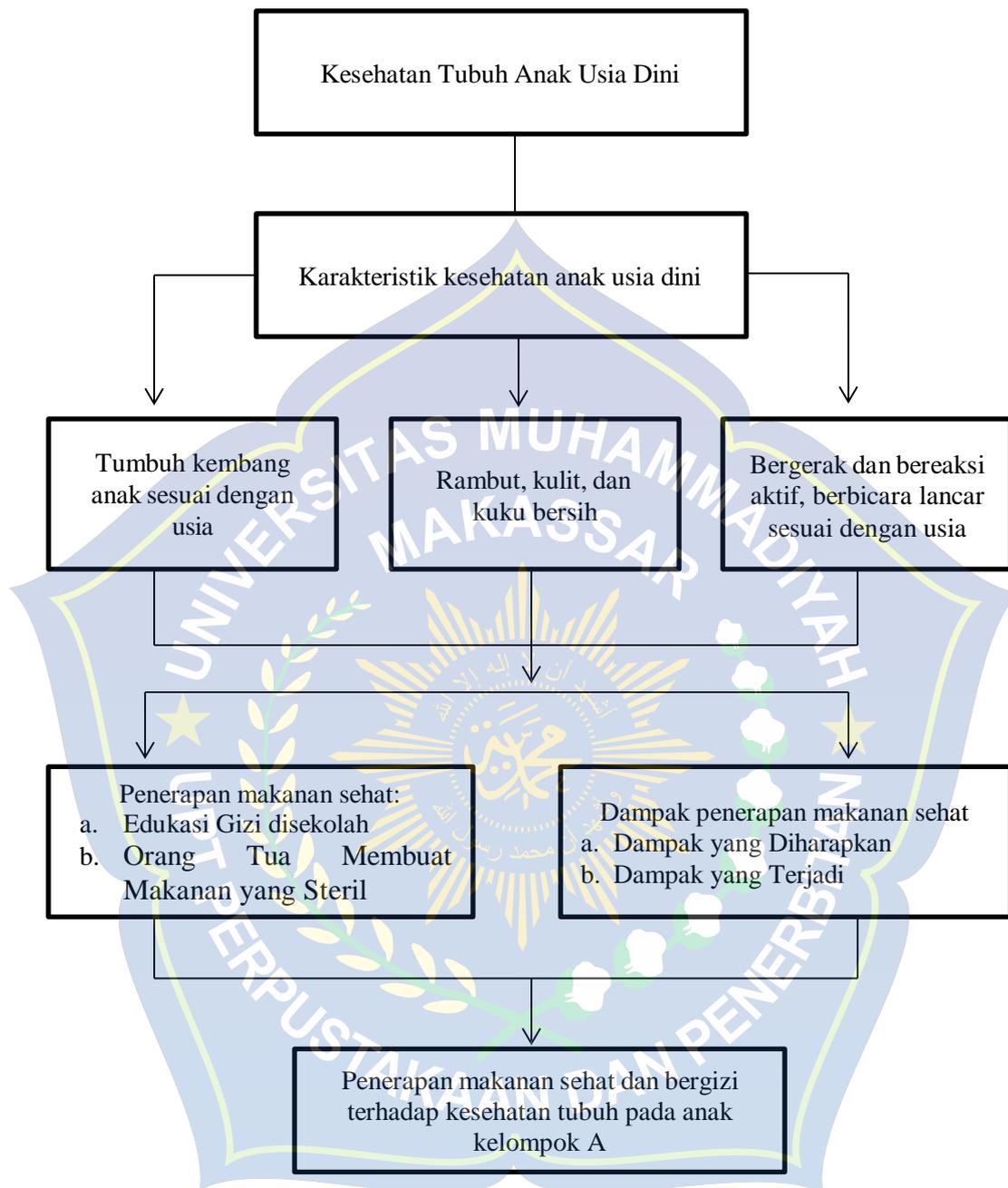
tidak mengalami kesulitan ketika diminta untuk menunjukkan macam-macam makanan bergizi, warna, rasa dan sumber gizi dari makanan tersebut.

Berdasarkan penelitian di atas dapat kita simpulkan bahwa masih ada anak yang kurang memahami apa itu makanan sehat, masih ada anak yang tidak suka makan sayur-sayuran. Selain itu juga membiasakan anak dalam mengomsumsi makanan sehat dan bergizi, dan pembiasaan hidup sehat dan berperilaku baik.

### **C. Kerangka berpikir**

Makanan sehat adalah makanan yang kaya nutrisi mengandung zat gizi makro (karbohidrat, protein, dan lemak sehat) serta zat gizi mikro (vitamin dan mineral), tetapi tidak terlalu padat kalori alias tidak melebihi kebutuhan tubuh akan kalori harian. Makan sehat bertujuan agar tubuh merasa nyaman, punya lebih banyak energi untuk beraktivitas serta terhindar dari penyakit. Jika seseorang menyantap makanan yang kaya nutrisi dengan benar dan seimbang, maka seseorang tidak harus melakukan diet untuk mengurangi atau menambah berat badan, karna tubuh akan menyesuaikan diri pada berat yang paling ideal.

Berdasarkan latar belakang dan kajian teoritik yang dikemukakan di atas, maka penulis menyimpulkan bahwa untuk melihat pengetahuan anak tentang makanan sehat bagi kesehatan tubuh di TK Yustikarini, untuk lebih jelasnya kerangka berfikir dalam penelitian ini adalah :



Gambar 2.1 Kerangka Berpikir

Keterangan

Hal yang akan menjadi kriteria penilaian adalah

1. Karakteristik anak sesuai dengan usia ditinjau melalui indikator:
  - a. Tumbuh kembang anak sesuai dengan usia
  - b. Rambut, kulit, dan kuku bersih
  - c. Bergerak dan bereaksi aktif sesuai dengan usia
2. Penerapan makanan sehat ditinjau melalui indikator:
  - a. Edukasi gizi di sekolah
  - b. Orang tua membuat makanan yang steril
3. Dampak penerapan makanan sehat ditinjau melalui indikator:
  - a. Dampak yang diharapkan
  - b. Dampak yang terjadi



## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Jenis Penelitian**

Penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif deskriptif. Jenis penelitian deskriptif kualitatif menampilkan data apa adanya tanpa proses manipulasi atau perlakuan-perlakuan lain. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menyajikan gambaran secara lengkap mengenai suatu kejadian atau dimaksudkan untuk mengekspos dan mengklarifikasi suatu fenomena yang terjadi.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa penelitian deskriptif kualitatif merupakan sebuah metode penelitian yang memanfaatkan data kualitatif dan dijabarkan sejara deskriptif. Jenis penelitian deskriptif kualitatif kerap digunakan untuk menganalisis kejadian, fenomena, atau keadaan secara sosial.

#### **B. Populasi dan sampel**

##### **1. Populasi**

Populasi merupakan kumpulan atau keseluruhan suatu objek secara umum. Sebagai suatu populasi, kelompok subjek harus memiliki ciri-ciri atau karakteristik yang membedakannya dari kelompok subjek yang lain. Muri Yusuf (2014) populasi merupakan keseluruhan objek, atau kejadian yang menjadi fokus penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh Guru dan Orangtua siswa anak yang berusia 4-6 tahun (Kelompok A) di TK Yustikarini, Kecamatan Bantaeng, Kabupaten Bantaeng.

##### **2. Sampel**

Sampel merupakan bagian dari suatu populasi yang akan dijadikan objek suatu penelitian. Menurut Sugiyono, (2017:81) sampel ialah bagian dari

populasi yang menjadi sumber data dalam penelitian, dimana populasi merupakan bagian dari jumlah karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Sampel dalam penelitian ini guru TK Yustikarini yang berjumlah 2 orang, dan orang tua siswa dari anak TK Yustikarini kelompok A yang berjumlah 10 orang.

### **C. Faktor yang di teliti**

1. Kondisi fisik anak
2. Penerapan guru terhadap proses kegiatan makanan sehat dan bergizi di TK Yustikarini
3. Dampak dari penerapan kegiatan makanan sehat dan bergizi di TK Yustikarini

### **D. Prosedur penelitian**

Penelitian kualitatif biasanya didesain secara longgar, tidak ketat, sehingga dalam pelaksanaan penelitian berpeluang mengalami perubahan dari apa yang telah direncanakan. Hal itu dapat terjadi bila perencanaan ternyata tidak sesuai dengan apa yang dijumpai di lapangan. Meski demikian, kerja penelitian mestilah merancang langkah-langkah kegiatan penelitian. Paling tidak terdapat tiga tahap utama dalam penelitian kualitatif yaitu:

- a. Tahap deskripsi atau tahap orientasi. Pada tahap ini, peneliti mendeskripsikan apa yang dilihat, didengar dan dirasakan. Peneliti baru mendata sebatas tentang informasi yang diperolehnya.
- b. Tahap reduksi. Pada tahap ini, peneliti mereduksi segala informasi yang diperoleh pada tahap pertama untuk memfokuskan pada masalah tertentu.
- c. Tahap seleksi. Pada tahap ini, peneliti menguraikan fokus yang telah ditetapkan menjadi lebih rinci kemudian melakukan analisis secara mendalam tentang fokus

masalah. Hasilnya adalah tema yang dikonstruksi berdasarkan data yang diperoleh menjadi suatu pengetahuan, hipotesis, bahkan teori baru

Secara spesifik, Sudjhana menjabarkan dalam tujuh langkah penelitian kualitatif yaitu: identifikasi masalah, pembatasan masalah, penetapan fokus masalah, pelaksanaan penelitian, pengolahan dan pemaknaan data, pemunculan teori, dan pelaporan hasil penelitian.

#### **E. Instrumen Penilaian**

Instrumen penelitian merupakan alat yang dipakai dalam sebuah kegiatan penelitian khususnya sebagai pengukuran dan pengumpulan data. Instrumen dalam penelitian ini adalah penulis sebagai subjek penelitian, dan informan sebagai objek penelitian. Sedangkan indra atau alat yang digunakan yaitu pedoman wawancara, alat dokumentasi, dan alat tulis.

#### **F. Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan observasi, dan dokumentasi. Keterangan lebih lanjut mengenai teknik- teknik tersebut adalah sebagai berikut.

##### 1. Observasi

Observasi dilakukan untuk mengetahui aktivitas peserta didik selama tindakan penelitian dilaksanakan. Observasi tersebut meliputi pengamatan terhadap kondisi interaksi antara guru dengan peserta didik dalam kegiatan, perilaku peserta didik terhadap penerapan berikan, interaksi peserta didik dengan temannya dan kondisi kelas ketika penerapan makanan bersih berlangsung.

##### 2. Wawancara

Wawancara adalah suatu bentuk komunikasi lisan yang dilakukan secara terstruktur oleh dua orang atau lebih, baik secara langsung maupun jarak jauh, untuk membahas dan menggali informasi tertentu guna mencapai tujuan tertentu pula.

### 3. Dokumentasi.

Dokumentasi dilakukan dengan menggunakan alat seperti kamera, video recorder dan sebagainya untuk mendokumentasikan aktivitas selama penelitian berlangsung.

### **G. Teknik analisis data**

Analisis data adalah proses mencari dan menyusun sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, data dokumentasi, dengan cara mengorganisasikan sintesa, menyusun kedalam pola, memilih mana yang penting dan akan dipelajari dan membuat kesimpulan sehingga mudah dipahami oleh diri sendiri maupun orang lain.

Teknik analisis data kualitatif terdiri dari tiga tahapan kegiatan yang saling terkait satu sama lain yaitu, reduksi data, penyajian (display) data dan penarikan kesimpulan. Menurut Sugiono ada tiga tahapan dalam analisis data kualitatif yaitu:

#### 1. Reduksi Data (Data Reduction)

Merupakan proses penyederhanaan dan pengkatagorian data. Proses ini merupakan upaya penemuan tema dan pembentukan konsep. Hasil dari proses ini adalah tema-tema, konsep-konsep dan berbagai gambaran mengenai data-data, baik mengenai hal-hal yang serupa maupun yang bertentangan. Reduksi data merupakan proses berfikir sensitif yang memerlukan kecerdasan,

keluasan dan kedalaman wawasan yang tinggi.

## 2. Penyajian Data (Data Display)

Setelah data direduksi, maka langkah selanjutnya adalah mendisplaykan data. Proses ini dilakukan untuk mempermudah penulis dalam mengkonstruksi data kedalam sebuah gambaran sosial yang utuh. Selain itu untuk memeriksa sejauh mana kelengkapan data yang tersedia. Selanjutnya dalam mendisplaykan data selain dengan teks naratif juga dapat berupa dengan grafik, matrik, network dan chat. Dengan mendisplaykan data maka akan memudahkan untuk memahami apa yang telah dipahami tersebut.

## 3. Penarik Kesimpulan (Verification)

Kesimpulan dalam penelitian kualitatif yang diharapkan adalah merupakan temuan baru yang sebelumnya pernah ada. Penemuan data berupa deskripsi atau gambaran suatu objek yang sebelumnya masih remang-remang sehingga setelah diteliti menjadi jelas. Data display yang dikemukakan diatas bila telah didukung oleh data-data yang mantap maka dapat dijadikan kesimpulan yang kredibel.

Setelah data diperoleh dengan cara diatas maka peneliti menganalisa dengan cara berfikir induktif. Berfikir induktif yaitu: “Berangkat dari fakta-fakta yang khusus, peristiwa-peristiwa yang konkrit, kemudian dari fakta-fakta atau peristiwa-peristiwa yang khusus itu ditarik kesimpulannya yang bersifat umum”.

## H. Uji Keabsahan Data

Untuk mendapatkan kepercayaan hasil penelitian, peneliti menggunakan metode Triangulasi dengan dua metode Triangulasi yakni :

a. Triangulasi Sumber

Mencari data dari sumber yang beragam. Peneliti akan mengumpulkan data dari berbagai sumber atau objek penelitian yang berbeda. Data dari ketiga sumber tersebut dideskripsikan, dikelompokkan, mana pendapat yang sama, dan mana yang berbeda kemudian dianalisis untuk menghasilkan suatu kesimpulan. Triangulasi sumber berarti untuk mendapatkan data dari sumber yang berbeda-beda dengan teknik yang sama.

b. Triangulasi Teknik

Triangulasi teknik adalah mengecek data kepada sumber yang sama dengan teknik yang berbeda. Misalnya peneliti ingin mengungkapkan data tentang strategi, peneliti akan mewawancarai bagian perencanaan, kemudian dibuktikan dengan dokumen dan dikuatkan pula dengan hasil observasi.

Dalam penelitian ini, dalam memvalidasi hasil data yang diperoleh maka peneliti menggunakan teknik triangulasi sumber, artinya informasi atau yang didapat dari berbagai subjek yang berbeda dengan satu alat pengumpul data, lalu dilakukan konfirmasi data secara triangulasi.

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Hasil Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 04 September 2024 berlokasi di TK Yustikarini yang ada di Jl. Raya Lanto No. 68, Pallantikang, Kec. Bantaeng, Kab. Bantaeng, Sulawesi Selatan. Dimana dalam penelitian ini yang menjadi fokus utama adalah peserta didik TK Yustikarini kelompok A. Yang menjadi sampel pada penelitian ini sebanyak 2 orang guru TK Yustikarini dan 10 orang tua anak dari kelompok A TK Yustikarini. Penulis melakukan penelitian ini dengan metode wawancara langsung kepada responden.

##### **1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian**

TK Yustikarini merupakan salah satu sekolah jenjang TK berstatus swasta yang berada di wilayah Kec. Bantaeng, Kab. Bantaeng, Sulawesi Selatan. TK Yustikarini didirikan pada tanggal 20 September 1995 dengan Nomor SK Pendirian 261/kep/106/H yang berada dalam naungan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. Kepala sekolah TK Yustikarini saat ini adalah Nur Hikma. Operator yang bertanggung jawab adalah Suharni Wahab. Sekolah ini telah terakreditasi B dengan Nomor SK Akreditasi 094/BAN PAUD DAN PNF/AKR/2018 pada tanggal 1 Januari 1970. Alamat TK Yustikarini terletak di Jl. Raya Lanto No. 68, Pallantikang, Kec. Bantaeng, Kab. Bantaeng, Sulawesi Selatan. Dengan adanya keberadaan TK Yustikarini, diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam mencerdaskan anak bangsa di wilayah Kec. Bantaeng, Kab. Bantaeng.

Berdasarkan observasi yang dilakukan, data untuk tahun pelajaran 2024-

2025 semester ganjil TK Yustikarini memiliki jumlah guru/ tenaga didik 5 orang perempuan dan 0 tenaga pendidik laki-laki. Jumlah peserta laki- laki sebanyak 21 anak, dan perempuan 29 anak. Data lengkapnya adalah sebagai berikut:

Tabel 4.1 Data guru dan anak TK Yustikarini semester 2024-2025 ganjil

Uraian	Guru	Tendik	PTK	PD
Laki- Laki	0	0	0	21
Perempuan	4	1	5	29
Total	4	1	5	50

Sumber: Ruang pimpinan TK Yustikarini, 2024.

TK Yustikarini berstatus bersedia menerima BOS, belum bersertifikat ISO, memiliki daya listrik 450, serta kecepatan jaringan internet sebesar 1 Gb. Adapun sarana dan prasarana yang tersedia pada TK Yustikarini meliputi ruang kelas, ruang pimpinan, ruang UKS, ruang toilet, serta ruang bangunan. TK Yustikarini memiliki 4 rombongan belajar. Data rincinya sebagai berikut:

Tabel 4.2 Sarana dan prasarana TK Yustikarini

No.	Jenis Sarana dan Prasarana	Jumlah
1.	Ruang kelas	4
2.	Ruang pimpinan	1
3.	Ruang UKS	1
4.	Ruang Toilet	1
5.	Ruang Bangunan	2
	Total	9

Sumber: Ruang pimpinan TK Yustikarini, 2024.

## 2. Profil Informan

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan penulis pada beberapa informan yaitu guru TK Yustikarini dan orang tua murid TK Yustikarini yang dimulai pada tanggal 04 September-11 September 2024 maka diperoleh data mengenai profil informan beberapa guru TK Yustikarini dan orang tua murid TK Yustikarini, sebagai berikut:

## a. Informan 1

Suharni, profesi sebagai guru/ tenaga pendidik di TK Yustikarini. Mulai berprofesi sebagai guru/tenaga pendidik pada tahun 2021 hingga sekarang dan mengajar di 4 rombongan belajar pada TK Yustikarini, dengan jenis kelamin perempuan lahir di Bantaeng, pada tanggal 18 November 1992 berusia 31 tahun beralamat di Jl. Elang Baru No. 30, Kelurahan Pallantikang, Kecamatan Bantaeng, Kabupaten Bantaeng.

## b. Informan 2

Ita Puspita, profesi sebagai guru/ tenaga pendidik di TK Yustikarini. Mulai berprofesi sebagai guru/tenaga pendidik pada tahun 2022 hingga sekarang dan mengajar di 4 rombongan belajar pada TK Yustikarini, dengan jenis kelamin perempuan lahir di Bantaeng, pada tanggal 27 Agustus 1995 berusia 29 tahun beralamat di Jl. Pemuda No. 16, Kelurahan Pallantikang, Kecamatan Bantaeng, Kabupaten Bantaeng.

## c. Informan 3

Permata Putri adalah orangtua dari Muhammad Syaiqul Arsy yang merupakan peserta didik TK Yustikarini. Profesi sebagai ibu rumah tangga, dengan jenis kelamin perempuan lahir di Takalar, pada tanggal 2 Januari 1984 berusia 40 tahun beralamat di Jl. Bakri No. 22, Kelurahan Bonto Rita, Kecamatan Bissappu, Kabupaten Bantaeng.

## d. Informan 4

Widyawati adalah orangtua dari Uwais Qarni yang merupakan peserta didik TK Yustikarini. Profesi sebagai ibu rumah tangga, dengan jenis kelamin perempuan lahir di Bantaeng, pada tanggal 9 November 1994 berusia 30 tahun

beralamat di Lr. Bungung Barania/ Jl. Bangau, Kelurahan Pallantikang, Kecamatan Bantaeng, Kabupaten Bantaeng.

e. Informan 5

Astuti adalah orangtua dari Ainun Ashari yang merupakan peserta didik TK Yustikarini. Profesi sebagai Wiraswasta, dengan jenis kelamin perempuan lahir di Bantaeng, pada tanggal 22 November 1991 berusia 32 tahun beralamat di Jl. Bangau No. 14, Kelurahan Pallantikang, Kecamatan Bantaeng, Kabupaten Bantaeng.

f. Informan 6

Normawati adalah orangtua dari Naura Zalika Nirwan yang merupakan peserta didik TK Yustikarini. Profesi sebagai ibu rumah tangga, dengan jenis kelamin perempuan lahir di Bantaeng, pada tanggal 22 Februari 1991 berusia 33 tahun beralamat di Jl. Elang No. 32, Kelurahan Pallantikang, Kecamatan Bantaeng, Kabupaten Bantaeng.

g. Informan 7

Kasmawati adalah orangtua dari Raihana Kharmyla Putri yang merupakan peserta didik TK Yustikarini. Profesi sebagai wiraswasta, dengan jenis kelamin perempuan lahir di Bantaeng, pada tanggal 22 Mei 1987 berusia 37 tahun beralamat di Jl. Elang No. 08, Kelurahan Pallantikang, Kecamatan Bantaeng, Kabupaten Bantaeng.

h. Informan 8

Nur Magfirah adalah orangtua dari Aisyah Syafiqah Huriah yang merupakan peserta didik TK Yustikarini. Profesi sebagai PNS, dengan jenis kelamin perempuan lahir di Gowa, pada tanggal 2 Juni 1994 berusia 30 tahun

beralamat di. Jl. Raya Lanto No. 10, Kelurahan Pallantikang, Kecamatan Bantaeng, Kabupaten Bantaeng.

i. Informan 9

Syahriani adalah orangtua dari Safwa Zahirah yang merupakan peserta didik TK Yustikarini. Profesi sebagai PNS, dengan jenis kelamin perempuan lahir di Majene, pada tanggal 11 Januari 1994 berusia 30 tahun beralamat di. Jl. Raya Lanto No. 27, Kelurahan Pallantikang, Kecamatan Bantaeng, Kabupaten Bantaeng.

j. Informan 10

Kumalasari adalah orangtua dari Sabrina yang merupakan peserta didik TK Yustikarini. Profesi sebagai ibu rumah tangga, dengan jenis kelamin perempuan lahir di Bantaeng, pada tanggal 22 Agustus 1994 berusia 30 tahun. Beralamat di. Jl. Raya Lanto No. 16, Kelurahan Pallantikang, Kecamatan Bantaeng, Kabupaten Bantaeng.

k. Informan 11

Novitasari adalah orangtua dari Dasilva Balqish yang merupakan peserta didik TK Yustikarini. Profesi sebagai PNS, dengan jenis kelamin perempuan lahir di Makassar, pada tanggal 10 Mei 1995 berusia 29 tahun. Beralamat di. Jl. Bangau No.27, Kelurahan Pallantikang, Kecamatan Bantaeng, Kabupaten Bantaeng.

l. Informan 12

Herlina adalah orangtua dari Kayla Az-zahra yang merupakan peserta didik TK Yustikarini. Profesi sebagai ibu rumah tangga, dengan jenis kelamin perempuan lahir di Gowa, pada tanggal 27 Agustus 1982 berusia 42 tahun. Beralamat di. Jl. Kakak Tua No. 11, Kelurahan Pallantikang, Kecamatan

Bantaeng, Kabupaten Bantaeng.

### **3. Karakteristik Kesehatan Anak Usia Dini**

Kesehatan anak berdasarkan indikator anak sehat memiliki kriteria yaitu berat badan naik sesuai garis pertumbuhan mengikuti pita hijau pada Kartu Manuju Sehat (KMS), atau naik ke pita warna di atasnya, anak bertambah tinggi kemampuan bertambah sesuai usia, jarang sakit, ceria, aktif, lincah. Dalam literatur lain mengatakan bahwa ciri- ciri anak sehat dapat dilihat, yaitu rongga mulut bersih, gusi tidak mudah berdarah, tidak bau mulut, tidak ada sariawan, gigi bersih, tidak ada keluhan sakit gigi, tidak ada kerusakan gigi seperti gigi berlubang, bibir dan lidah tampak segar, bersih, tidak pucat, tidak kering, tidak pecah-pecah, mata bersih, bersinar, tidak merah, tidak bengkak, tidak gatal, dan tidak nyeri, hidung bersih, tidak mudah berdarah (mimisan), telinga tidak berbau, bersih dan sehat. Pada tinjauan literatur maka penulis dapat menentukan indikator kondisi fisik anak yang sehat adalah tumbuh kembang anak sesuai dengan usia, rambut, kulit dan kuku bersih, bergerak dan bereaksi aktif, berbicara lancar sesuai dengan usia.

Berdasarkan observasi dan wawancara yang dilakukan penulis kepada masing masing responden ada banyak pendapat ataupun persepsi mengenai kondisi fisik anak usia dini di TK Yustikarini kelompok A, sebagai berikut:

#### **a. Tumbuh Kembang Anak Sesuai Dengan Usia**

Faktor yang mempengaruhi tumbuh kembang anak usia dini yang terfokus pada penelitian ini adalah kurangnya makan makanan yang bergizi. Memberikan makanan yang sehat sejak dini akan memberi manfaat besar bagi tumbuh

kembang anaksekarang dan masa depan. Ada beberapa manfaat makanan sehat anak sebagai berikut: gizi yang baik akan mendukung tumbuh-kembang anak sesuai dengan usianya. Anak-anak usia 6 tahun kebawah umumnya mudah terserang penyakit, sehingga asupan makanan sehat akan membantu membentuk daya tahan tubuh anak. Usia dini adalah periode emas perkembangan otak, sehingga dengan memenuhi nutrisi anak maka akan mendukung kecerdasan anak tersebut. Dengan daya tahan tubuh yang lebih baik, anak akan lebih aktif dan ceria.

Berdasarkan penjelasan diatas, penulis memperoleh hasil wawancara kepada guru dan orang tua siswa TK Yustikarini kelompok A mengenai tumbuh kembang anak sesuai dengan usia adalah sebagai berikut:

Suharini selaku guru TK Yustikarini Kelompok A (31 Tahun) menyatakan bahwa:

“Kondisi fisik anak yang berada di TK Yustikarini kelompok A memiliki tinggi badan kurang ideal yaitu anak didik laki laki memiliki tinggi rata rata 80 cm dan anak perempuan berkisar antara 78 cm. Dimana tinggi badan tersebut kurang ideal untuk anak usia 4-6 tahun”. (Hasil wawancara Rabu, 4 September 2024)

Selaras dengan pendapat tersebut, Ita Puspita yang berprofesi sebagai guru TK Yustikarini kelompok A (29 Tahun) menyatakan bahwa:

“Anak pada kelompok A TK Yustikarini memiliki kondisi fisik yang beragam, namun tinggi badan anak berkisar pada 80 cm. Tentunya tinggi badan tersebut kurang ideal untuk anak usia dini yang berusia 4-6 tahun.

Hal ini bisa saja disebabkan oleh faktor genetik dan pola makan dan jenis makanan yang dimakan oleh anak”. (Hasil wawancara rabu, 4 September).

Dari penjelasan guru, orang tua siswa juga memberikan penjelasan terkait kondisi fisik anak. Permata Putri (40 Tahun) orangtua dari Muhammad Syaiqul Arsy yang merupakan peserta didik TK Yustikarini. Profesi sebagai ibu rumah tangga mengatakan bahwa:

“Anak saya memiliki tinggi sekitar 87 cm. Diusia 5 tahun tinggi badan tersebut kurang ideal. Dari faktor genetik tidak ada pengaruhnya karena saya dan suami saya memiliki tinggi badan ideal. Dan keluarga besar juga tidak ada yang memiliki tinggi badan yang pendek”. (Hasil wawancara rabu, 4 September 2024).

Selaras dengan pendapat tersebut, Widyawati (30 Tahun) orangtua dari Uwais Qarni yang merupakan peserta didik TK Yustikarini mengatakan bahwa:

“Anak saya memiliki tinggi yang kurang ideal diusia 4-6 tahun. Hal ini sebenarnya tidak terlalu saya pikirkan selagi tidak mengganggu proses pembelajaran disekolah dan kesehatan anak tidak terganggu. Namun saya juga berharap anak saya memiliki tinggi badan yang ideal”. (Hasil wawancara kamis, 5 September 2024).

Astuti (32 Tahun) orangtua dari Ainun Ashari yang merupakan peserta didik TK Yustikarini. Profesi sebagai Wiraswasta. Mengatakan bahwa:

“Anak saya memiliki tinggi badan yang kurang ideal di anak anak sepantarannya, saya dan suami saya tidak memiliki genetik pendek namun anak saya kurang tinggi diusianya. Hal ini bisa saja dipengaruhi oleh

makanan yang dikonsumsi di rumah maupun di sekolah”. (Hasil wawancara Kamis, 5 September 2024).

Selaras dengan pernyataan tersebut Normawati (33 Tahun) orangtua dari Naura Zalika Nirwan yang merupakan peserta didik TK Yustikarini. Profesi sebagai ibu rumah tangga. Mengatakan bahwa:

“Naura memiliki tinggi badan yang kurang ideal. Mungkin bisa saja dipengaruhi pola makannya karena Naura kurang berminat makan sayuran. Dia senang makan nasi dan lauk tanpa sayur. Tapi pola makannya teratur 3 kali sehari”. (Hasil wawancara Senin, 9 September 2024).

Kasmawati (37 Tahun) orangtua dari Raihana Kharmyla Putri yang merupakan peserta didik TK Yustikarini Profesi sebagai wiraswasta, mengatakan bahwa:

“Pola makan anak saya teratur 3 kali sehari namun anak saya tidak suka sayuran. Ketika di rumah, saya harus memaksa anak saya untuk makan sayuran untuk mendapatkan tinggi badan yang ideal di usianya yang 5 tahun. Anak saya sekarang tinggi badannya kurang ideal.” (Hasil wawancara Senin, 9 September 2024).

Nur Magfirah adalah orangtua dari Aisyah Syafiqah Huriah yang merupakan peserta didik TK Yustikarini. Profesi sebagai PNS. Mengatakan bahwa:

“Anak saya selalu makan sayuran di rumah karena saya selalu mengingatkannya untuk makan sayur. Pola makannya pun teratur sebanyak 3 kali sehari namun kondisi fisik anak saya kurang ideal di usia

sementaranya. Hal ini mungkin terkait dengan jajanan disekolah yang luput dari pengawasan orangtua”. (Hasil wawancara senin, 9 september 2024).

Syahriani (30 tahun) orangtua dari Safwa Zahirah yang merupakan peserta didik TK Yustikarini. Profesi sebagai PNS. Mengatakan bahwa:

“Pola makan anak saya terjaga tiga kali sehari dan membawa bekal kesekolah. Namun anehnya anak saya tinggi badannya kurang ideal. Bisa saja dipengaruhi oleh makanan yang luput pada pengawasan orang tua”. (Hasil wawancara senin, 9 September 2024).

Selaras dengan pendapat tersebut, Kumalasari (30 tahun) orangtua dari Sabrina yang merupakan peserta didik TK Yustikarini. Profesi sebagai ibu rumah tangga. Berpendapat bahwa:

“Pola makan terjaga tiga kali sehari. Namun anak saya kurang menyukai sayuran dan sering membeli dan makan cemilan chiki. Untuk tinggi badan anak saya kurang ideal untuk usia yang mau memasuki 6 tahun. Hal ini mungkin dipengaruhi makanan yang kurang bergizi”. (Hasil wawancara selasa, 10 september 2024).

Novitasari (29 Tahun) orangtua dari Dasilva Balqish yang merupakan peserta didik TK Yustikarini. Profesi sebagai PNS. Juga berpendapat bahwa:

“Tinggi badan anak saya kurang ideal bisa saja hal ini dipengaruhi oleh kebiasaan anak saya yang suka cemilan chiki dan makanan yang kurang bergizi, walaupun pola makan anak saya terjaga tiga kali sehari”. (Hasil wawancara selasa, 10 September 2024).

Herlina (42 Tahun) orangtua dari Kayla Az-zahra yang merupakan peserta didik TK Yustikarini. Profesi sebagai ibu rumah tangga. Mengatakan bahwa:

“Anak saya tinggi badannya kurang maksimal diusia 5 tahun. Hal ini mungkin disebabkan oleh makanan yang kurang bergizi dan kurang suka makan sayur. Hal ini sangat mengkhawatirkan karena bisa saja mengganggu kesehatannya”. (Hasil wawancara rabu, 11 september 2024).

Tinggi rata-rata anak usia 4-6 tahun pada TK Yustikarini berada di bawah standar ideal. Beberapa faktor seperti pola makan dan kebiasaan konsumsi jajanan tidak sehat menjadi penyebab utama. Dari hasil wawancara yang dilakukan kepada guru dan orang tua siswa TK Yustikarini kelompok A indikator kondisi tumbuh kembang anak sesuai dengan usia tidak tercapai karena makanan yang dikonsumsi kurang bergizi dan anak pada TK Yustikarini kelompok A kurang menyukai sayuran dan sering mengonsumsi chiki. Pemilihan makanan pada anak usia dini terbukti mempengaruhi kondisi tumbuh kembang anak sesuai dengan usia.

#### **b. Rambut, Kulit, dan Kuku Bersih**

Rambut, kulit dan kuku yang bersih tidak terlepas dari pengaruh dari makanan yang sehat dan bergizi karena nutrisi dari makanan mempengaruhi kondisi secara keseluruhan. Nutrisi seperti zat besi, zinc biotin, vitamin ADEK, vitamin C akan mempengaruhi kondisi rambut, kulit dan kuku yang bersih pada anak usia dini 4-6 tahun. Makanan yang kurang higienis akan mempengaruhi pertumbuhan rambut, kulit dan kuku yang bersih.

Berdasarkan hasil wawancara kepada guru dan orang tua siswa TK Yustikarini kelas A terkait penerapan makanan sehat dengan rambut kulit, dan

kuku bersih diperoleh data sebagai berikut:

Suharni (31 Tahun) profesi sebagai guru/ tenaga pendidik di TK Yustikarini, mengatakan bahwa:

“Kondisi rambut, kulit dan kuku anak kelompok A TK Yustikarini kurang terjaga, beberapa dari mereka memiliki kulit yang cenderung kusam serta kuku yang tidak cerah. Penerapan makanan sehat dirumah serta disekolah tidak luput dari hal tersebut. Karena makanan yang sehat akan membantu menghasilkan rambut, kulit, dan kuku yang bersih. Kebiasaan membeli jajanan yang tidak higienis sangat berpengaruh”. (Hasil wawancara rabu, 4 September 2024).

Selaras dengan pernyataan tersebut, Ita Puspita (29 tahun) profesi sebagai guru/ tenaga pendidik di TK Yustikarini, mengatakan bahwa:

“Rambut, kulit dan kuku anak pada kelompok A TK Yustikarini tidak semuanya yang memiliki kondisi buruk. Namun, beberapa dari mereka memiliki kulit yang tidak cerah, serta kuku yang kotor. Hal ini disebabkan karena beberapa dari mereka mungkin mengonsumsi jajanan yang kurang higienis pada tukang jajanan keliling.” (Hasil wawancara rabu, 4 september 2024).

Selaras dengan pernyataan tersebut, Permata Putri (40 tahun) orangtua dari Muhammad Syaiqul Arsy yang merupakan peserta didik TK Yustikarini. Profesi sebagai ibu rumah tangga, mengatakan bahwa:

“Rambut dari anak saya hitam cerah namun pertumbuhannya dari rambutnya lama, kondisi kulitnya normal dan kukunya normal.

Pertumbuhan rambut yang lama bisa saja dipengaruhi oleh makanan yang nutrisinya tidak seimbang dan kurang higienis”. (Hasil wawancara Rabu, 4 September 2024).

Widyawati (30 Tahun) orangtua dari Uwais Qarni yang merupakan peserta didik TK Yustikarini. Profesi sebagai ibu rumah tangga, mengatakan bahwa:

“Rambut, kulit, dan kuku kondisinya kurang maksimal. Ada banyak pengaruh dari hal ini terkhusus pada makanan. Jajanan yang tidak sehat bisa menjadi faktor pemicunya. Anak saya juga sering memakan chiki”. (Hasil wawancara Kamis, 5 September 2024).

Astuti (32 Tahun) orangtua dari Ainun Ashari yang merupakan peserta didik TK Yustikarini. Profesi sebagai Wiraswasta. Juga berpendapat:

“Penerapan makanan sehat pada anak saya kurang maksimal dan itu juga berdampak kepada pertumbuhan rambut yang kurang maksimal (kurang lebat). Keseimbangan nutrisi makanan juga berpengaruh. Anak saya kesulitan makan sayuran”. (Hasil wawancara Kamis, 5 September 2024).

Selaras dengan pernyataan tersebut, Normawati (33 Tahun) orangtua dari Naura Zalika Nirwan yang merupakan peserta didik TK Yustikarini. Profesi sebagai ibu rumah tangga, berpendapat bahwa:

“Anak saya sangat kesulitan untuk makan sayuran, pola makanannya terjaga namun kulitnya cenderung kusam. Hal ini mungkin dipengaruhi oleh jajanan yang tidak higienis yang luput dari pengawasan orang tua”. (Hasil wawancara Senin, 9 September 2024).

Kasmawati (37 Tahun) orangtua dari Raihana Kharmyla Putri yang

merupakan peserta didik TK Yustikarini. Profesi sebagai wiraswasta. Mengatakan bahwa:

“Jujur saya tidak terlalu memperhatikan makanan apa yang dimakan oleh anak saya diluar pengawasan saya, kondisi rambut, kulit dan kuku anak saya kurang saya perhatikan. Namun makanan yang sehat berpengaruh kepada kondisi rambut, kulit dan kuku.” (Hasil wawancara senin, 9 September 2024).

Nur Magfirah (30 Tahun) orangtua dari Aisyah Syafiqah Huriah yang merupakan peserta didik TK Yustikarini. Profesi sebagai PNS, mengatakan bahwa:

“Pola makan anak saya terjaga 3 kali sehari, namun untuk nutrisinya saya kurang tau apakah sudah seimbang atau tidak. Untuk kondisi kuku anak saya kurang cerah, namun yang lainnya normal. Untuk bekal anak saya yaitu nasi, telur, dan mie goreng instan.” (Hasil wawancara senin, 9 September 2024).

Syahriani (30 Tahun) orangtua dari Safwa Zahirah yang merupakan peserta didik TK Yustikarini. Profesi sebagai PNS menjelaskan bahwa:

“Makanan terkhusus bekal anak saya nutrisinya menurut saya baik namun, saya tidak tau tentang jajanan yang dikonsumsi disekolah. Untuk kondisi rambut anak saya baik, namun kulit kurang cerah, kukunya dalam kondisi bagus begitupun dengan rambut”. (Hasil wawancara senin, 9 september 2024).

Selaras dengan penjelasan tersebut, Kumalasari (30 Tahun) orangtua dari

Sabrina yang merupakan peserta didik TK Yustikarini. Profesi sebagai ibu rumah tangga, menyatakan bahwa :

“Untuk makanan yang dikonsumsi anak saya nutrisinya kurang saya ketahui namun menurut saya higienis. Pola makan terjaga namun kesulitan makan sayur. Untuk kondisi rambutnya kurang lebat, kukunya bersih, dan kondisi kulitnya bagus.” (Hasil wawancara Selasa, 10 September 2024).

Novitasari (29 Tahun) orangtua dari Dasilva Balqish yang merupakan peserta didik TK Yustikarini. Profesi sebagai PNS, mengatakan bahwa:

“Makanan atau bekal anak saya adalah nasi, telur, tempe, dan mie instan. Untuk nutrisinya saya tidak tau seimbang atau tidak. Kondisi rambut anak saya cenderung kurang lebat dibandingkan dengan anak yang lainnya, kondisi kukunya bagus, serta kulitnya bagus”. (Hasil wawancara Selasa, 10 September 2024).

Herlina (42 Tahun) orangtua dari Kayla Az-zahra yang merupakan peserta didik TK Yustikarini. Profesi sebagai ibu rumah tangga, mengatakan bahwa:

“Bekal untuk anak saya menurut saya baik. Namun untuk kebutuhan nutrisinya saya tidak tau sudah baik atau tidak. Kondisi rambut anak saya kurang lebat, dan kondisi kukunya tidak cerah namun kondisi kulitnya normal. Hal ini mungkin karena saya kurang memperhatikan asupan nutrisi makanannya”. (Hasil wawancara Rabu 11 September 2024).

Kebersihan rambut, kulit, dan kuku anak sering kali tidak optimal, yang terkait dengan kurangnya penerapan pola makan sehat dan higienis. Dari hasil wawancara yang telah dilakukan kepada guru dan orang tua siswa kelompok A TK

Yustikarini, menyatakan bahwa “kondisi rambut, kulit, dan kuku kurang maksimal dikarenakan kurangnya perhatian makanan yang dikonsumsinya”. Kurangnya pengertian tentang makanan sehat dan higienis tidak luput dari hal ini. Makanan yang tidak sehat dan nutrisi yang tidak seimbang akan mempengaruhi pertumbuhan rambut, kulit, dan kuku yang bersih pada anak usia 4-6 tahun pada kelompok A TK Yustikarini.

### c. Bergerak dan Bereaksi Aktif, Berbicara Lancar Sesuai Dengan Usia

Bergerak, bereaksi aktif, dan berbicara lancar sesuai dengan usia sangat dipengaruhi oleh makanan yang sehat dan higienis. Karena nutrisi berperan penting dalam perkembangan otak, sistem saraf, serta fungsi otot dan motorik. Nutrisi seperti asam lemak omega-3 membantu struktur otak dan mendukung fungsi kognitif yang baik seperti daya ingat, pemecahan masalah, serta kemampuan bereaksi terhadap rangsangan. Zat besi penting untuk mengantarkan oksigen ke otak, sehingga mempengaruhi kondisi kognitif dan tingkat energi. Kekurangan nutrisi bisa menyebabkan lambat dalam bereaksi, kesulitan berkonsentrasi, atau bahkan memicu masalah perkembangan mental.

Berdasarkan hasil wawancara kepada guru dan orang tua siswa kelompok A TK Yustikarini tentang penerapan makanan sehat terhadap bergerak, bereaksi aktif, berbicara lancar sesuai dengan usia maka diperoleh data sebagai berikut:

Suharni (31 Tahun) profesi sebagai guru/ tenaga pendidik di TK Yustikarini, mengatakan bahwa:

“Anak pada kelompok A TK Yustikarini memiliki kebiasaan yang cenderung aktif bermain. Pada proses pembelajaran, anak cenderung aktif

bertanya pada saat jam pembelajaran berlangsung. Namun biasanya, ada saja anak yang tidak terlalu aktif dalam proses pembelajaran. Ada beberapa anak yang sifatnya memang pendiam/penyabar dibandingkan anak lain” (Hasil wawancara Rabu, 4 September 2024).

Ita Puspita (29 Tahun) profesi sebagai guru/ tenaga pendidik di TK Yustikarini, mengatakan bahwa:

“Ada banyak karakter di kelompok A TK Yustikarini. Mereka semua aktif bermain. Namun, pada pembelajaran tertentu, anak cenderung pasif contohnya pada pembelajaran mengenal angka. Terdapat beberapa anak yang juga lebih senang mendengarkan penjelasan oleh gurunya”. (Hasil wawancara Rabu, 4 September 2024).

Permata Putri (40 Tahun) orangtua dari Muhammad Syaiqul Arsy yang merupakan peserta didik TK Yustikarini. Profesi sebagai ibu rumah tangga, mengatakan bahwa:

“Anak saya dirumah memiliki sifat yang aktif seperti anak usianya, cenderung penasaran tentang hal baru, namun tidak suka berkumpul dengan teman seantarannya. Anak saya lebih menyukai bermain handphone didalam kamar bersama kakaknya. Untuk nutrisi makanan yang dimakan oleh anak saya kurang tau namun bisa saya pastikan makanan yang saya buat higienis”. (Hasil wawancara Rabu, 4 September 2024).

Widyawati (30 Tahun) orangtua dari Uwais Qarni yang merupakan peserta didik TK Yustikarini. Profesi sebagai ibu rumah tangga, mengatakan bahwa:

“Anak saya aktif seperti anak seusianya, sering berkumpul dengan anak seusianya, peka terhadap apa yang ada disekitarnya. Anak saya juga lancar berbicara dengan anak seusianya. Namun anak saya cepat capek dan jatuh sakit ketika kelelahan karena bermain berlebihan. Untuk makanan yang dikonsumsinya higienis namun untuk nutrisinya saya tidak tau apakah sudah seimbang atau tidak”. (Hasil wawancara Kamis, 5 September 2024).

Astuti (32 Tahun) orangtua dari Ainun Ashari yang merupakan peserta didik TK Yustikarini. Profesi sebagai Wiraswasta, juga menjelaskan bahwa:

“Makanan anak saya nutrisinya mungkin sudah terpenuhi dan higienis. Kemampuan bergerak dan cara berbicaranya baik untuk seusianya. Anak saya juga aktif bermain dirumah namun lebih banyak menghabiskan waktu dengan HP. Dan juga, anak saya gampang jatuh sakit terkhusus pada waktu musim hujan.” (Hasil wawancara Kamis, 5 September 2024).

Normawati (33 Tahun) orangtua dari Naura Zalika Nirwan yang merupakan peserta didik TK Yustikarini. Profesi sebagai ibu rumah tangga, menjelaskan bahwa:

“Kebutuhan anak saya terpenuhi namun anak saya suka makan mie instan. Dia aktif bergerak dan normal seperti anak seusianya. Tetapi, Naura lebih suka menghabiskan waktu dengan HP. Bahkan pada saat makan, dia nonton di HP nya”. (Hasil wawancara Senin, 9 September 2024).

Selaras dengan pernyataan tersebut, Kasmawati (37 Tahun) orangtua dari Raihana Kharmyla Putri yang merupakan peserta didik TK Yustikarini. Profesi sebagai wiraswasta, menjelaskan bahwa:

“Anak saya cenderung berdiam diri dirumah. Hal ini juga dipengaruhi oleh lingkungan. Di sekitar rumah sangat jarang ada anak seusianya jadi anak saya mungkin lebih senang berdiam diri dirumah. Walaupun dirumah, dia bergerak aktif secara normal sesuai dengan anak usianya. Anak saya lebih senang menghabiskan waktu dengan HP.” (Hasil wawancara, senin 9 September 2024).

Nur Magfirah (30 Tahun) orangtua dari Aisyah Syafiqah Huriah yang merupakan peserta didik TK Yustikarini. Profesi sebagai PNS, mengatakan bahwa:

“Anak saya cenderung aktif. Untuk makanannya saya tidak tahu apakah sudah terpenuhi gizinya atau tidak. Anak saya sering bermain dengan anak seusianya. Namun ada kebiasaan buruknya yaitu sangat sulit untuk diberi arahan. Contohnya ketika saya menyuruh dia mengambil sisir, dia sangat lama untuk memenuhi permintaan saya tersebut karena alasan malas bergerak”. (Hasil wawancara, senin 9 September 2024).

Selaras dengan pernyataan tersebut, Syahrani (30 Tahun) orangtua dari Safwa Zahirah yang merupakan peserta didik TK Yustikarini. Profesi sebagai PNS, menjelaskan bahwa:

“Anak saya cenderung pendiam untuk anak seusianya namun masih dalam kadar normal. Karakter anak saya memang pendiam. Anak saya sangat senang menghabiskan waktu dengan HP nya. Walaupun demikian, anak saya sering berkumpul dirumah dengan anak tetangga lainnya yang seusianya” (Hasil wawancara senin, 9 September 2024).

Kumalasari (30 Tahun) orangtua dari Sabrina yang merupakan peserta didik TK Yustikarini Profesi sebagai ibu rumah tangga, mengatakan bahwa:

“Anak saya kebiasaannya normal seperti anak yang lainnya. Saya sering melihat anak saya bermain dengan anak usianya diteras rumah. Anak saya aktif bermain. Untuk makanan anak saya menurut saya gizinya tercukupi. Kebiasaan anak saya cenderung memakan jajanan chiki.” (Hasil wawancara, Selasa 10 September 2024).

Novitasari (29 Tahun) orangtua dari Dasilva Balqish yang merupakan peserta didik TK Yustikarini. Profesi sebagai PNS, mengatakan bahwa:

“Anak saya aktif sesuai umurnya, berbicaranya juga lancar serta cekatan melakukan sesuatu kepada orang-orang terdekatnya. Anak saya sangat mudah berteman dengan anak usianya. Namun ketika diberikan arahan tentang sesuatu, ia cenderung lama untuk merespon”. (Hasil wawancara Selasa, 10 September 2024).

Herlina (42 Tahun) orang tua dari Kayla Az-zahra yang merupakan peserta didik TK Yustikarini. Profesi sebagai ibu rumah tangga, mengatakan bahwa:

“Anak saya cenderung aktif beraktifitas dengan lingkungannya, namun dia agak kesulitan belajar mengenali angka. Untuk perkembangannya, dia cenderung lambat dibandingkan anak seusianya untuk pembelajaran angka” (Hasil wawancara Rabu 11 September 2024).

Sebagian besar anak aktif bergerak dan bereaksi sesuai usia, meskipun beberapa anak kurang aktif akibat lingkungan sosial atau preferensi aktivitas seperti bermain gawai. Dari wawancara yang telah dilakukan kepada guru dan orangtua anak kelompok A TK Yustikarini, diperoleh data bahwa kecenderungan anak untuk bersosialisasi

dengan lingkungannya rata-rata normal di usia 4-6 tahun. Namun beberapa responden mengatakan bahwa anak kesulitan saat diberi tahu hal baru, ada anak yang banyak menghabiskan waktunya dengan HP, ada anak yang cenderung pasif pada saat proses pembelajaran, ada anak yang kesulitan dalam pembelajaran mengenal angka. Orang tua juga mengakui bahwa mereka kekurangan pengetahuan mengenai makanan sehat/eating cleaning. Orang tua juga menyadari walaupun anaknya terlihat normal dan bisa berkumpul atau bermain dengan teman seusianya, sang anak cenderung menghabiskan waktu dengan HP.

#### **4. Penerapan Makanan Sehat Dan Bergizi Terhadap Kesehatan**

Pembelajaran tentang makanan sehat di PAUD perlu dilakukan guna mengenalkan pada anak tentang konsep menu dengan muatan gizi seimbang dan halal, agar anak mengetahui jenis makanan yang dapat dikonsumsi dan menjadikan anak sehat. Guru bisa menjadwalkan kegiatan makan bersama di sekolah, yang mana melibatkan orang tua dalam persiapannya. Dengan cara ini, guru bisa menciptakan suasana yang menyenangkan bagi anak yang akan membuat mereka bersemangat untuk makan menu yang disediakan.

Hal tersebut juga harus didukung oleh orang tua sebagai penyedia makanan bagi anak-anak mereka, hal lain yang bisa dilakukan oleh orang tua adalah dengan membiasakan anak konsumsi makanan sehat sejak dini dengan cara mengajak anak untuk bersama-sama menyiapkan menu makan yang akan dimakan serta secara bertahap menjelaskan kepada anak tentang kandungan dan manfaat nutrisi yang ada dalam bahan makanan yang akan mereka konsumsi. Selain itu usaha untuk mempertahankan nafsu makan pada anak-anak juga sangat penting.

Hal tersebut bisa dilakukan dengan variasi menu makanan yang beragam sehingga mereka tidak bosan dengan makanan yang hanya itu-itu saja. Cara lain yang bisa guru berikan kepada anak-anak di pendidikan anak usia dini adalah dengan mengenalkan kebiasaan makan sehat, yaitu dengan mengajarkan kepada mereka kebiasaan apa saja yang harus dilakukan sebelum makan, pada saat makan dan setelah makan. Misalnya; mencuci tangan sebelum dan sesudah makan, mencuci buah atau sayuran sebelum diolah dan membersihkan tempat makan ketika mereka selesai makan.

#### **a. Edukasi Gizi di Sekolah**

Edukasi gizi untuk pendidikan anak usia dini (PAUD) sangat penting karena usia dini adalah masa kritis untuk membentuk kebiasaan makan sehat dan pola hidup yang akan berlanjut hingga dewasa. Edukasi gizi meliputi pembelajaran mengenai makanan sehat di kelas, mencuci tangan sebelum makan, dan makan bersama siswa. Berdasarkan urgensi tersebut, peneliti mendapatkan data sebagai berikut:

Suharni (31 Tahun) profesi sebagai guru/ tenaga pendidik di TK Yustikarini, mengatakan bahwa:

“Penerapan makanan sehat yang dijalankan oleh guru di TK Yustikarini dapat mencakup beberapa langkah praktis seperti: menyediakan menu sehat harian, edukasi tentang gizi: Guru memberikan edukasi sederhana kepada anak-anak mengenai pentingnya makanan sehat. Misalnya, mengajarkan tentang manfaat makan buah dan sayur untuk tubuh mereka melalui cerita, gambar, atau permainan edukatif. Kampanye minum air

putih memberi contoh langsung dari guru. Momen "coba rasa Membuat Jadwal Makan Bersama yaitu disetiap jam istirahat. Penerapan makanan sehat di kelompok A TK Yustikarini masih kurang maksimal. Pada saat istirahat berlangsung, para murid dipersilahkan untuk membuka bekal masing masing didampingi oleh guru, akan tetapi para guru kurang memperhatikan kebersihan tangan. Guru tidak secara langsung menyuruh para murid untuk mencuci tangan sebelum makan. Pada saat diterapkannya kebiasaan cuci tangan, para murid sangat antusias mencuci tangannya secara teratur. Sebelumnya, para murid juga tidak diperhatikan kombinasi bekal yang dibawa. Guru juga kurang mengajarkan para murid apa saja makanan sehat. Anak juga sering membeli jajanan yang sedang singgah disekitar sekolah seperti, tukang siomay, cilok dan sebagainya. Kemudian para guru memperhatikan hal tersebut. Dua minggu setelah diterapkan kebiasaan makanan sehat dan mengajarkan kepadanya, murid langsung antusias memilih makanan. Hal ini tentunya perlu dilestarikan, mengingat adanya program pemerintah yang mendukung hal tersebut.” (Hasil wawancara rabu, 4 September 2024).

Selaras dengan pendapat tersebut, Ita Puspita (29 Tahun) profesi sebagai guru/ tenaga pendidik di TK Yustikarini, mengatakan bahwa:

“Penerapan makanan sehat pada TK Yustikarini berjalan, namun masih kurang maksimal dan konsisten. Terkadang para murid dibiarkan makan bekal tanpa mencuci tangan terlebih dahulu. Murid kurang diberi pengetahuan tentang apa itu makanan sehat. Kembali lagi, penerapan

makan sehat pada TK Yustikarini berjalan namun kurang maksimal. Saya berharap untuk kedepannya, penerapan makanan sehat akan terus berjalan dengan maksimal karena berdampak pada kesehatan anak.” (Hasil wawancara, rabu 4 September 2024).

Guru memberikan edukasi sederhana kepada anak-anak mengenai pentingnya makanan sehat. Misalnya, mengajarkan tentang manfaat makan buah dan sayur untuk tubuh mereka melalui cerita, gambar, atau permainan edukatif. Kampanye minum air putih memberi contoh langsung dari guru. Momen "coba rasa", membuat jadwal makan bersama yaitu disetiap jam istirahat. Didalam penerapan makanan sehat di sekolah, guru mengatakan “belum maksimal dalam penerapan makanan sehat” menandakan bahwa penerapan makanan sehat sudah diterapkan di kelompok A TK Yustikarini namun dalam pengaplikasiannya perlu diperbaiki.

#### **b. Orang Tua Membuat Makanan yang Steril**

Pandangan mengenai penerapan makanan sehat juga tidak luput dari peran orang tua. Permata Putri (40 Tahun) orangtua dari Muhammad Syaiqul Arsy yang merupakan peserta didik TK Yustikarini. Profesi sebagai ibu rumah tangga, menyatakan bahwa:

“Anak saya pola makannya teratur tiga kali sehari, anak juga sarapan pagi sebelum berangkat kesekolah. Namun saya tidak tau mengenai kandungan nutrisi pada makanan yang dimakan. Untuk bekal kesekolah saya membuat nasi, tahu tempe dan telur sebagai lauknya, sesekali diberi mie goreng instan. Saya juga menjaga kebersihan makanan anak saya.

Saya setiap hari membuatkan anak saya bekal kesekolah”. (Hasil wawancara rabu, 4 September)

Widyawati (30 Tahun) orangtua dari Uwais Qarni yang merupakan peserta didik TK Yustikarini. Profesi sebagai ibu rumah tangga, mengatakan bahwa:

“Anak saya walaupun tidak sarapan pagi dirumah namun saya setiap hari membuatkan bekal kesekolah. Bekalnya berupa nasi, olahan ayam, telur dan buah semangka. Untuk kandungan gizinya saya tidak tau mengenai itu. Namun saya tetap menjaga kebersihan bekal anak saya”. (Hasil wawancara kamis, 5 September 2024).

Astuti (32 Tahun) orangtua dari Ainun Ashari yang merupakan peserta didik TK Yustikarini, mengatakan bahwa:

“Anak saya pola makannya teratur, pada pagi hari dia sarapan terlebih dahulu. Anak saya juga membawa bekal yang kaya akan karbohidrat dan protein. Namun saya tidak tau mengenai jajanan apa saja yang telah dikonsumsi anak disekolah”. (Hasil wawancara kamis, 5 September 2024).

Normawati (33 Tahun) orangtua dari Naura Zalika Nirwan yang merupakan peserta didik TK Yustikarini, mengatakan bahwa:

“Saya membiasakan anak saya makan dengan pola makan teratur, ketika pagi hari saya mempersiapkan bekal kesekolah berupa nasi, sosis, telur. Saya juga menjaga kebersihan makanan yang dimakan anak saya. Namun saya tidak tau mengenai jajanan apa saja yang dikonsumsi anak saya ketika disekolah. Saya juga tidak mengetahui kandungan gizi dalam makanan anak saya. Anak saya kesulitan makan sayur dirumah” (Hasil

wawancara, senin 9 September 2024).

Kasmawati (37 Tahun) orangtua dari Raihana Kharmyla Putri yang merupakan peserta didik TK Yustikarini. Profesi sebagai wiraswasta, mengatakan bahwa:

“Anak saya memakan makanan yang bersih. Anak saya tidak sarapan dirumah namun saya setiap hari membuatkan bekal. Bekalnya berupa nasi, telur, nasi goreng instan, dan tempe/tahu. Kandungan gizinya saya tidak terlalu tau. Namun kandungan karbohidratnya sudah pasti tinggi. Saya juga menjaga kebersihan makan anak saya. Kekurangan anak saya adalah malas makan sayur dan sering membeli makanan chiki”. (Hasil wawancara senin, 9 September 2024).

Hal serupa juga dikatakan oleh Nur Magfirah (30 Tahun) orangtua dari Aisyah Syafiqah Huriah yang merupakan peserta didik TK Yustikarini. Profesi sebagai PNS:

“ Anak saya sulit makan sayur namun saya biasakan setiap hari. Untuk kandungan nutrisi pada makanannya saya kurang tau. Bekalnya berupa nasi, telur dadar, dan perkedel. Kebersihan bekal yang dikonsumsi anak saya terjaga. Saya juga selalu memberi himbauan kepada anak saya untuk tidak membeli jajanan yang kurang sehat disekolah”. (Hasil wawancara senin, 9 September 2024).

Syahrani (30 Tahun) orangtua dari Safwa Zahirah yang merupakan peserta didik TK Yustikarini. Profesi sebagai PNS, mengatakan bahwa:

“Adapun kandungan nutrisi pada makanan anak saya, saya kurang tahu.

Tetapi untuk kebersihan anak saya pasti saya memperhatikannya dan saya sering memberitahu anak saya agar tidak membeli jajanan yang kurang sehat karena tidak baik untuk masa pertumbuhan. Untuk pola makan anak saya terjaga 3 kali sehari. Untuk bekalnya berupa nasi dan olahan ayam, tahu tempe. Anak saya sangat kesulitan untuk makan sayur jadi saya setiap hari memberi pengertian kepada anak saya pentingnya mengonsumsi sayuran”. (Hasil wawancara senin, 9 September 2024).

Hal serupa juga dikatakan oleh Kumalasari (30 Tahun) adalah orangtua dari Sabrina yang merupakan peserta didik TK Yustikarini. Profesi sebagai ibu rumah tangga yang mengatakan:

“Anak saya pola makannya teratur namun masih sulit makan sayur. Untuk bekalnya saya sering membuatnya nasi, perkedel, dan tempe. Sesekali saya juga merubah makannya agar tidak bosan. Untuk kandungan nutrisi pada makanannya saya kurang tahu. Saya sering menghimbaunya agar tidak membeli jajanan kurang sehat disekolah. Saya juga selalu menjaga kebersihan makanan anak saya agar terhindar dari penyakit” (Hasil wawancara selasa, 10 September 2024).

Novitasari (29 Tahun) orangtua dari Dasilva Balqish yang merupakan peserta didik TK Yustikarini Profesi sebagai PNS, mengatakan bahwa:

“Saya setiap hari membuatkan bekal anak saya berupa nasi, tempe, olahan ayam dan mie instan. Untuk nilai kandungan gizi saya kurang tau namun saya selalu menjaga kebersihan makanan untuk anak saya agar terhindar dari penyakit. Untuk jajanan disekolah saya kurang memperhatikan apa

yang dikonsumsi anak saya”. (Hasil wawancara Selasa, 10 September 2024).

Herlina (42 Tahun) adalah orangtua dari Kayla Az-zahra yang merupakan peserta didik TK Yustikarini. Profesi sebagai ibu rumah tangga, mengatakan bahwa:

“Saya setiap hari membuat bekal untuk anak saya disekolah. Lauknya berupa telur, olahan ayam, dan tahu/tempe, sesekali juga saya berikan semangka untuk pencuci mulut. Untuk pola makannya teratur dan saya memperhatikan kebersihan makanan anak saya dan selalu memberi arahan untuk tidak membeli jajanan yang kurang sehat. Untuk kandungan nutrisi dalam makanan yang dikonsumsi anak saya, saya kurang tau”. (Hasil wawancara Rabu, 11 September 2024).

Orang tua senantiasa membuat bekal anaknya. Semua orang tua mengungkapkan “saya membuat dan memastikannya steril, namun untuk nutrisinya saya kurang tau”. Para orang tua berpendapat bahwa mereka setiap hari membuat bekal kepada anaknya dengan memperhatikan kebersihan, namun masih kurang mengetahui tentang nilai nutrisi pada makanan anaknya.

##### **5. Dampak Terhadap Kesehatan Anak Setelah di Terapkan Makanan Sehat**

Syarat makanan sehat adalah makan yang mengandung banyak gizi yang seimbang yang dibutuhkan oleh tubuh dan mencakupi kebutuhan pertumbuhan anak serta memiliki rasa yang enak dan tampilan yang menarik. Membentuk perilaku sehat anak dimulai sejak usia dini. Hal ini dikarenakan usia dini merupakan masa *Golden Age* (Usia keemasan). Masa *Golden Age* merupakan

masa dimana tahap perkembangan otak pada anak usiadini menempati posisi yang paling vital yakni mencapai 80% perkembangan otak. Pada masa usia dini kemampuan memori otak mencapai tingkat maksimal. Anak yang mendapatkan pesan kesehatan yang intens semenjak usia 0-6 tahun memiliki harapan lebih besar untuk berperilaku sehat di masa mendatang. Sebaliknya anak yang tidak mendapatkan pesan kesehatan yang tidak intens maka perilaku sehat sulit terbentuk. Pendidikan kesehatan pada usia ini adalah peletak dasar bagi pendidikan kesehatan selanjutnya.

Adapun indikator kesehatan anak dapat ditinjau berdasarkan tumbuh kembang anak yaitu berat badan naik sesuai garis pertumbuhan mengikuti pita hijau pada Kartu Manuju Sehat (KMS), atau naik ke pita warna di atasnya, anak bertambah tinggi, kemampuan bertambah sesuai usia, jarang sakit ceria, aktif, dan lincah. Dari hasil wawancara kepada guru dan orangtua siswa kelompok A TK Yustikarini penulis mendapatkan data sebagai berikut:

Suharni (31 Tahun) profesi sebagai guru/ tenaga pendidik di TK Yustikarini berpendapat bahwa:

“Sebagai seorang guru di TK Yustikarini, saya telah mengamati dampak positif yang luar biasa dari penerapan program makanan sehat pada kelompok A. Program ini dirancang dengan tujuan untuk meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan anak-anak sejak usia dini. Setiap harinya, anak-anak diperkenalkan dengan berbagai jenis makanan sehat, seperti buah-buahan, sayuran, serta makanan rendah gula dan garam. Semenjak penerapan program ini, saya melihat perubahan signifikan pada kebiasaan

makan anak-anak. Mereka mulai lebih antusias dalam mencoba makanan yang sebelumnya mungkin jarang mereka konsumsi, seperti wortel, brokoli, dan apel. Selain itu, anak-anak tampak lebih berenergi dan aktif selama beraktivitas di kelas dan di luar ruangan. Saya juga menyadari bahwa fokus dan konsentrasi mereka dalam belajar semakin meningkat. Salah satu contoh yang sangat saya ingat adalah ketika seorang anak yang dulunya sulit makan sayuran, kini dengan senang hati mengambil porsi lebih banyak saat makan siang. Orang tua anak-anak pun memberikan feedback positif mengenai perubahan pola makan anak mereka di rumah. Selain itu, program ini juga memberikan dampak pada kebiasaan hidup sehat secara keseluruhan. Anak-anak mulai belajar tentang pentingnya memilih makanan yang baik untuk tubuh mereka, dan mereka sering kali membawa pengetahuan tersebut ke rumah. Program ini tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik, tetapi juga membantu dalam membentuk kebiasaan positif yang akan berguna bagi mereka di masa depan". (Hasil wawancara Rabu, 4 September 2024)

Ita Puspita (29 Tahun) profesi sebagai guru/ tenaga pendidik di TK Yustikarini, mengatakan bahwa:

"Di kelas, kami memberikan edukasi sederhana mengenai manfaat makanan sehat. Kami menggunakan cerita-cerita menarik dan kegiatan interaktif untuk membantu anak-anak memahami pentingnya menjaga tubuh mereka dengan makanan yang baik. Saya ingat ada seorang anak yang tadinya enggan makan sayuran, tapi setelah mendengar cerita tentang

“pahlawan brokoli” yang bisa membuat mereka kuat, kini dia rutin memakan sayuran setiap makan siang. Salah satu momen paling menyenangkan adalah ketika kami mengadakan kegiatan "coba rasa", di mana anak-anak bisa mencicipi berbagai jenis buah dan sayuran yang mungkin belum pernah mereka coba. Dalam kegiatan ini, saya melihat betapa anak-anak semakin terbuka untuk mengeksplorasi makanan yang berbeda. Mereka tertawa, saling bercerita, dan sering kali dengan bangga menunjukkan kepada teman-teman mereka bahwa mereka berani mencoba makanan yang baru. Dampak dari program makanan sehat ini terlihat jelas dalam aktivitas sehari-hari anak-anak. Mereka menjadi lebih fokus saat belajar, lebih aktif saat bermain, dan secara keseluruhan tampak lebih bugar. Pola makan sehat tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik mereka, tetapi juga pada perkembangan mental dan sosial mereka.” (Hasil wawancara Rabu, 4 September 2024)

Orang tua pun berpendapat mengenai dampak penerapan makanan sehat kelompok A TK Yustikarini. Permata Putri (40 Tahun) orangtua dari Muhammad Syaiqul Arsy yang merupakan peserta didik TK Yustikarini, mengatakan bahwa:

“Sebagai orang tua, saya mendukung program makanan sehat di TK Yustikarini, tetapi dampaknya belum terlihat signifikan pada anak saya. Dia masih suka membawa camilan manis dari rumah, dan saya merasa pengawasan di sekolah belum ketat. Hal ini membuat anak saya tetap memilih makanan tidak sehat, sehingga penerapan pola makan sehat belum membentuk kebiasaan yang kuat.” (Hasil wawancara Rabu, 4 September

2024).

Widyawati (32 Tahun) orangtua dari Uwais Qarni yang merupakan peserta didik TK Yustikarini. Profesi sebagai ibu rumah tangga, berpendapat bahwa:

“Program makanan sehat di sekolah sudah berjalan, namun anak saya belum menunjukkan perubahan besar. Dia masih sering menolak sayuran dan lebih suka makanan ringan seperti biskuit atau keripik. Dampaknya, kebiasaan makan di rumah pun tidak banyak berubah, sehingga keseimbangan gizi yang diharapkan belum tercapai.” (Hasil wawancara Kamis, 5 September 2024).

Selaras dengan pernyataan tersebut, Astuti (32 Tahun) orangtua dari Ainun Ashari yang merupakan peserta didik TK Yustikarini. Profesi sebagai Wiraswasta, mengatakan bahwa:

“Saya mengapresiasi upaya sekolah dalam mengenalkan makanan sehat, tetapi dampaknya masih kurang terasa. Anak saya belum terbiasa mengonsumsi buah dan sayur di sekolah, sehingga di rumah pun dia tetap sulit menerima makanan sehat. Ini menunjukkan bahwa pendekatan yang diterapkan mungkin belum cukup efektif untuk memengaruhi kebiasaan makan jangka panjang.”. (Hasil wawancara Kamis, 5 September 2024).

Normawati (33 Tahun) orangtua dari Naura Zalika Nirwan yang merupakan peserta didik TK Yustikarini. Profesi sebagai ibu rumah tangga, mengatakan bahwa:

“Saat program ini diperkenalkan, saya berharap anak saya menjadi lebih fokus saat belajar di kelas. Dengan asupan gizi yang baik, saya pikir

konsentrasinya akan meningkat. Namun, kenyataannya anak saya masih sering mengeluh sulit berkonsentrasi, baik di sekolah maupun di rumah. Saya merasa makanan sehat yang diberikan di sekolah belum benar-benar berdampak pada perkembangan kognitifnya”. (Hasil wawancara senin, 9 September 2024)

Kasmawati (37 Tahun) orangtua dari Raihana Kharmyla Putri yang merupakan peserta didik TK Yustikarini. Profesi sebagai wiraswasta, menjelaskan bahwa:

“Saya berharap dengan adanya program ini, anak saya akan lebih jarang sakit karena makanannya lebih bergizi. Namun, kenyataannya dia masih sering sakit, terutama flu dan batuk. Meskipun sekolah sudah menyediakan makanan sehat, tampaknya penerapannya belum cukup kuat untuk memperbaiki daya tahan tubuhnya”. (Hasil wawancara senin, 9 September 2024).

Selaras dengan pernyataan tersebut, Nur Magfirah (30 Tahun) orangtua dari Aisyah Syafiqah Huriah yang merupakan peserta didik TK Yustikarini. Profesi sebagai PNS menjelaskan bahwa:

“Saya berharap anak saya lebih antusias mencoba makanan baru seperti berbagai jenis sayuran dan buah yang disediakan di sekolah. Namun, yang terjadi adalah dia masih memilih-milih makanan dan lebih suka makan yang sudah dikenalnya. Program ini belum berhasil memperluas selera makannya seperti yang saya harapkan.” (Hasil wawancara senin, 9 September 2024).

Hal serupa juga dijelaskan oleh Syahriani (30 Tahun) orangtua dari Safwa Zahirah yang merupakan peserta didik TK Yustikarini. Profesi sebagai PNS:

“Dampak yang saya harapkan dari program makanan sehat ini adalah anak saya tumbuh lebih kuat dan bugar. Namun, saya belum melihat perubahan yang signifikan. Dia masih sering mengeluh cepat lelah setelah bermain di sekolah. Saya rasa program ini belum maksimal dalam memberikan nutrisi yang cukup untuk mendukung pertumbuhannya.” (Hasil wawancara senin, 9 September 2024).

Kumalasari (30 Tahun) orangtua dari Sabrina yang merupakan peserta didik TK Yustikarini. Profesi sebagai ibu rumah tangga, berpendapat bahwa:

“Saya membayangkan dengan program makanan sehat di sekolah, anak saya akan lebih aktif dan ceria karena tubuhnya lebih sehat. Tapi kenyataannya, dia masih sering lesu, terutama di pagi hari sebelum sekolah. Meskipun di sekolah disediakan makanan sehat, tampaknya belum cukup berdampak pada kebugarannya.” (Hasil wawancara Selasa, 10 September 2024).

Novitasari (29 Tahun) orangtua dari Dasilva Balqish yang merupakan peserta didik TK Yustikarini. Profesi sebagai PNS, menjelaskan bahwa:

“Saya berharap penerapan makanan sehat di TK Yustikarini bisa membantu mengurangi ketergantungan anak saya pada makanan cepat saji. Saya berharap dia mulai menolak junk food dan lebih memilih makanan sehat. Namun, yang terjadi justru sebaliknya. Setiap akhir pekan, dia masih meminta pizza atau burger. Kebiasaan makan yang saya harapkan belum

sepenuhnya terbentuk.” (Hasil wawancara Selasa, 10 September 2024).

Herlina (42 Tahun) orangtua dari Kayla Az-zahra yang merupakan peserta didik TK Yustikarini. Profesi sebagai ibu rumah tangga, mengatakan bahwa:

“Dampak yang diharapkan dari program makanan sehat adalah anak saya memiliki energi yang lebih stabil sepanjang hari. Saya berharap dia bisa bermain lebih lama tanpa cepat lelah. Namun, yang terjadi adalah anak saya masih cepat kehabisan tenaga, terutama di sore hari. Saya rasa asupan makanan sehat di sekolah belum benar-benar memengaruhi stamina dan kesehatannya”. (Hasil wawancara Rabu, 11 September 2024)

Program makanan sehat di TK Yustikarini memiliki harapan besar untuk memberi dampak pada pola makan anak-anak, meningkatkan kesehatan fisik dan mental mereka, serta mengurangi ketergantungan pada makanan tidak sehat. Namun, kenyataannya, banyak orang tua merasa bahwa dampak yang diharapkan serta mengatakan “dampak dari penerapan makanan sehat belum tercapai secara signifikan” hal yang diharapkan dari dampak penerapan makanan sehat belum sepenuhnya terpenuhi. Anak-anak masih menunjukkan kebiasaan makan yang kurang sehat, seperti menolak sayuran dan buah, cepat lelah, serta sulit berkonsentrasi. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun ada upaya baik dari pihak sekolah, penerapan program makanan sehat perlu ditingkatkan agar dapat memberikan hasil yang lebih positif dan berkelanjutan.

## **B. Pembahasan**

Pada poin pembahasan akan dijelaskan hasil penelitian secara rinci. Pembahasan disini meliputi penerapan makanan sehat dan bergizi terhadap

kesehatan tubuh pada anak kelompok A di TK Yustikarini kecamatan Bantaeng, kabupaten Bantaeng. Penulis menjelaskan bagaimana Karakteristik kesehatan anak usia dini, penerapan makanan sehat dan bergizi terhadap kesehatan, dan dampak terhadap kesehatan anak setelah di terapkan makanan sehat. Penulis akan membahas data yang telah diperoleh dilokasi penelitian. Untuk lebih jelasnya akan dipaparkan dibawah ini.

Kesehatan anak berdasarkan indikator anak sehat memiliki kriteria yaitu berat badan naik sesuai garis pertumbuhan mengikuti pita hijau pada Kartu Manuju Sehat (KMS), atau naik ke pita warna di atasnya, anak bertambah tinggi kemampuan bertambah sesuai usia, jarang sakit, ceria, aktif, lincah. Dalam literatur lain mengatakan bahwa ciri- ciri anak sehat dapat dilihat, yaitu rongga mulut bersih, gusi tidak mudah berdarah, tidak bau mulut, tidak ada sariawan, gigi bersih, tidak ada keluhan sakit gigi, tidak ada kerusakan gigi seperti gigi berlubang, bibir dan lidah tampak segar, bersih, tidak pucat, tidak kering, tidak pecah-pecah, mata bersih, bersinar, tidak merah, tidak bengkak, tidak gatal, dan tidak nyeri, hidung bersih, tidak mudah berdarah (mimisan), telinga tidak berbau, bersih dan sehat.

Pada tinjauan literatur serta kebutuhan penelitian, penulis kemudian menentukan indikator kondisi fisik anak yang sehat yaitu tumbuh kembang anak sesuai dengan usia, rambut, kulit dan kuku bersih, bergerak dan bereaksi aktif, berbicara lancar sesuai dengan usia. Anak yang sering mengonsumsi makanan sehat maka tumbuh kembang anak sesuai dengan usia dimana anak usia 4-6 tahun memiliki tinggi badan rata rata 93 cm. Anak yang sring mengonsumsi makanan

sehat dan bergizi cenderung memiliki kondisi rambut yang lebat dan cerah, kuku yang berwarna cerah dan tidak pucat, serta kondisi kulit yang cerah. Anak yang serung mengonsumsi makanan sehat dan bergizi juga akan cenderung aktif bergerak, bereaksi aktif, dan berbicara lancar sesuai umurnya. Contohnya, anak lebih aktif bermain, didalam proses pembelajaran anak lebih interaktif dengan guru dan teman temannya, serta tidak sering menyendiri.

Penerapan pola makan sehat dan bergizi sangat penting bagi tumbuh kembang anak, terutama di masa usia dini, di mana pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif terjadi secara signifikan. Anak-anak usia dini, terutama usia 4-6 tahun seperti pada anak Kelompok A di TK Yustikarini, berada pada fase pertumbuhan pesat yang memerlukan asupan nutrisi yang tepat dan seimbang.

Makanan sehat yang kaya akan makronutrien (karbohidrat, protein, dan lemak) serta mikronutrien (vitamin dan mineral) memiliki peran penting dalam mendukung pertumbuhan fisik anak. Nutrisi yang memadai akan mendukung pertumbuhan tulang, otot, dan jaringan tubuh lainnya, serta membantu perkembangan organ-organ penting. Protein berperan dalam pembentukan dan perbaikan jaringan tubuh, terutama otot dan sel-sel tubuh. Protein juga penting dalam produksi enzim dan hormon yang mendukung berbagai fungsi tubuh anak.

Faktor yang mempengaruhi tumbuh kembang anak usia dini yang terfokus pada penelitian ini adalah kurangnya makan makanan yang sehat dan bergizi. Memberikan makanan yang sehat sejak dini akan memberi manfaat besar bagi tumbuh kembang anak sekarang dan masa depan. Ada beberapa manfaat makanan sehat anak sebagai berikut: gizi yang baik akan mendukung tumbuh-kembang

anak sesuai dengan usianya. Anak-anak usia 6 tahun kebawah umumnya mudah terserang penyakit, sehingga asupan makanan sehat akan membantu membentuk daya tahan tubuh anak. Usia dini adalah periode emas perkembangan otak, sehingga dengan memenuhi nutrisi anak maka akan mendukung kecerdasan anak tersebut. Dengan daya tahan tubuh yang lebih baik, anak akan lebih aktif dan ceria.

Dari hasil penelitian yang dilakukan kepada guru dan orang tua siswa TK Yustikarini kelompok A melalui indikator kondisi tumbuh kembang anak sesuai dengan usia menunjukkan bahwa indikator ini tidak tercapai karena makanan yang dikonsumsi oleh anak kelompok A di TK Yustikarini kurang bergizi dan anak pada TK Yustikarini kelompok A kurang menyukai sayuran dan sering mengonsumsi chiki. Pemilihan makanan pada anak usia dini terbukti mempengaruhi kondisi tumbuh kembang anak sesuai dengan usia. Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa kondisi anak TK Yustikarini berada dibawah tinggi rata rata anak usia 4-6 Tahun. Guru dan orang tua anak didik masih kurang memperhatikan makanan anak yang dikonsumsinya dan menyebabkan kondisi tumbuh kembang anak tidak berjalan dengan maksimal. Seluruh orang tua juga mengakui bahwa tumbuh kembang anak tidak maksimal.

Berdasarkan hasil penelitian dengan guru dan orang tua, ditemukan bahwa rata-rata tinggi badan anak di kelompok A berada pada kisaran 80 cm untuk anak laki-laki dan 78 cm untuk anak perempuan, yang dinilai kurang ideal untuk anak usia 4-6 tahun. Salah satu penyebab utama dari kondisi ini adalah pola makan yang tidak teratur dan kurang bergizi. Beberapa anak menunjukkan kurangnya

asupan nutrisi penting seperti vitamin dan mineral yang diperlukan untuk pertumbuhan fisik yang optimal. Semua orang tua menyatakan bahwa anak mereka kurang mengonsumsi sayuran, lebih memilih makanan olahan atau jajanan seperti "chiki" yang rendah kandungan gizi. Pola makan ini tidak hanya mempengaruhi tinggi badan, tetapi juga berat badan yang kurang proporsional

Rambut, kulit dan kuku yang bersih tidak terlepas dari pengaruh dari makanan yang sehat dan bergizi karena nutrisi dari makanan mempengaruhi kondisi secara keseluruhan. Nutrisi seperti zat besi, zinc biotin, vitamin ADEK, vitamin C akan mempengaruhi kondisi rambut, kulit dan kuku yang bersih pada anak usia dini 4-6 tahun. Makanan yang kurang higienis akan mempengaruhi pertumbuhan rambut, kulit dan kuku yang bersih. Asupan makanan sehat dan bergizi tidak hanya berdampak pada kesehatan organ dalam tubuh, tetapi juga secara langsung memengaruhi kualitas rambut, kulit, dan kuku. Ketiga bagian tubuh ini mencerminkan status kesehatan dan nutrisi seseorang. Pada anak-anak, terutama pada masa pertumbuhan, kebutuhan akan nutrisi yang seimbang sangat penting untuk mendukung pertumbuhan rambut yang sehat, kulit yang bersih dan halus, serta kuku yang kuat.

Anak-anak yang menerima nutrisi seimbang biasanya memiliki kuku yang kuat, tidak rapuh, dan tumbuh dengan baik. Asupan protein yang cukup sangat penting untuk menjaga kekuatan dan kesehatan kuku. Kuku yang rapuh dan mudah patah bisa menjadi tanda kurangnya asupan protein. Zat besi berperan penting dalam produksi sel darah merah yang membantu membawa oksigen ke kuku, mendukung pertumbuhan dan kesehatan kuku. Kekurangan zat besi dapat

menyebabkan kuku menjadi rapuh, pucat, atau memiliki garis-garis putih. Zinc dan Selenium penting untuk pertumbuhan kuku yang sehat dan melindungi dari infeksi yang dapat memengaruhi kuku. Kuku yang kekurangan zinc cenderung tumbuh lebih lambat dan lebih mudah patah. Vitamin B kompleks membantu memperkuat kuku dan mencegah kuku rapuh. Anak-anak yang kekurangan biotin sering kali memiliki kuku yang mudah patah atau terkelupas. Anak-anak yang mengonsumsi makanan sehat dan bergizi cenderung memiliki kuku yang bersih, halus, kuat, dan tumbuh dengan baik. Sebaliknya, kuku yang rapuh atau tampak tidak sehat sering kali menjadi tanda kekurangan nutrisi tertentu

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa kondisi rambut, kulit, dan kuku kurang maksimal dikarenakan kurangnya perhatian makanan yang dikonsumsi. Kurangnya pengertian dari orang tua tentang makanan sehat dan higienis tidak luput dari hal ini. Orang tua mengakui bahwa mereka senantiasa membuat bekal kepada anaknya tetapi tidak tau tentang keseimbangan nutrisi pada makanan yang dibutuhkan oleh tubuh. Makanan yang tidak sehat dan nutrisi yang tidak seimbang akan mempengaruhi pertumbuhan rambut, kulit, dan kuku yang bersih pada anak usia 4-6 tahun pada kelompok A TK Yustikarini. Dan juga para orang tua masih mengakui bahwa anaknya sering mengonsumsi makanan chiki. Disisi lain, guru masih kurang maksimal dalam penerapan makanan sehat kelompok A di TK Yustikarini seperti pembelajaran tentang apa itu makanan sehat, orang tua juga kurang mengetahui apa itu jenis jenis makanan sehat serta kurangnya kolaborasi antara guru dan orangtua anak didik sehingga kondisi rambut, kulit dan kuku kurang terjaga dengan baik.

Rambut, kulit, dan kuku yang bersih dan sehat merupakan indikator penting dari kesehatan anak secara keseluruhan. Namun, hasil wawancara mengungkapkan bahwa banyak anak di kelompok A memiliki rambut yang kurang lebat, kulit yang kusam, dan kuku yang tidak cerah. Kondisi ini sangat dipengaruhi oleh kurangnya asupan nutrisi, khususnya yang berasal dari makanan yang kaya akan vitamin, zat besi, dan protein. Pola makan yang buruk dan jajanan yang tidak higienis menjadi salah satu faktor penyebab kondisi tersebut. Sebagian besar orang tua mengakui bahwa anak mereka sering mengonsumsi makanan ringan yang tidak sehat, seperti jajanan dari pedagang keliling yang tidak memenuhi standar kebersihan. Kekurangan asupan makanan yang higienis dan bergizi ini berpengaruh langsung pada kondisi fisik anak, terutama pada kesehatan rambut, kulit, dan kuku mereka.

Asupan makanan sehat dan bergizi sangat berpengaruh terhadap perkembangan motorik, kognitif, dan kemampuan berbicara pada anak-anak. Di masa pertumbuhan, terutama pada usia dini (0-6 tahun), tubuh dan otak anak membutuhkan berbagai nutrisi penting untuk mendukung perkembangan optimal. Makanan sehat yang kaya akan karbohidrat, protein, lemak sehat, vitamin, dan mineral berperan penting dalam mendukung anak-anak untuk bergerak aktif, bereaksi cepat, serta berbicara lancar sesuai dengan tahap perkembangan usia mereka.

Kemampuan bergerak aktif pada anak sangat dipengaruhi oleh asupan energi yang berasal dari makanan. Karbohidrat kompleks, lemak sehat, dan protein memberikan energi yang diperlukan anak untuk melakukan aktivitas fisik

seperti berjalan, berlari, melompat, dan bermain. Nutrisi juga penting untuk perkembangan otot dan fungsi saraf yang mendukung koordinasi gerak. Sumber energi utama yang dibutuhkan anak untuk bergerak aktif berasal dari karbohidrat kompleks, seperti yang ditemukan dalam nasi, roti gandum, ubi, dan kentang. Karbohidrat ini membantu menjaga kadar energi yang stabil, sehingga anak-anak tidak mudah lelah dan dapat aktif sepanjang hari. Protein berperan dalam pembentukan dan perbaikan otot, yang penting untuk gerakan motorik kasar dan halus. Protein juga membantu memulihkan otot setelah aktivitas fisik. Anak-anak yang mengonsumsi cukup protein dari daging, telur, kacang-kacangan, atau ikan cenderung memiliki kekuatan fisik yang baik dan cepat bereaksi terhadap rangsangan. Zat besi mendukung pembentukan hemoglobin dalam sel darah merah yang membawa oksigen ke otot dan seluruh tubuh. Kekurangan zat besi dapat menyebabkan anemia, yang membuat anak-anak cepat lelah dan tidak bisa bergerak aktif. Sumber zat besi meliputi daging merah, sayuran hijau, dan kacang-kacangan. Nutrisi ini penting untuk kekuatan tulang dan otot. Vitamin D membantu tubuh menyerap kalsium yang diperlukan untuk pertumbuhan tulang yang sehat dan kuat. Anak-anak yang kekurangan kalsium atau vitamin D mungkin mengalami keterlambatan dalam kemampuan motorik, karena tulang yang lemah menghambat aktivitas fisik. Anak yang mendapatkan makanan sehat cenderung memiliki energi yang cukup untuk bergerak dan berpartisipasi dalam kegiatan fisik. Mereka juga menunjukkan kemampuan motorik yang lebih baik, mulai dari berjalan, berlari, hingga kemampuan koordinasi tangan dan mata.

Makanan yang sehat juga sangat memengaruhi perkembangan bicara dan

bahasa pada anak-anak. Nutrisi tertentu penting untuk perkembangan otak, yang pada akhirnya mempengaruhi kemampuan anak dalam memahami dan menghasilkan bahasa. Asam lemak esensial ini sangat penting bagi perkembangan otak, terutama bagian otak yang mengatur bahasa dan kemampuan berbicara. Omega-3 membantu memperkuat koneksi antara sel-sel otak, yang memungkinkan anak-anak untuk belajar kata-kata baru, memahami instruksi, dan berbicara dengan lancar. Omega-3 dapat ditemukan dalam ikan berlemak seperti salmon, chia seeds, dan flax seeds. Kolina berperan dalam perkembangan struktur otak dan fungsi memori, serta membantu komunikasi antar sel otak. Kolina bisa ditemukan dalam telur, daging, dan kacang-kacangan, yang mendukung anak-anak dalam proses belajar bahasa, memahami kosa kata baru, dan berbicara lebih lancar. Zinc sangat penting untuk fungsi kognitif yang mempengaruhi kemampuan anak dalam berbicara. Kekurangan zinc bisa menyebabkan keterlambatan perkembangan bahasa. Zinc bisa didapatkan dari makanan seperti daging sapi, biji-bijian, dan produk susu. Vitamin B, terutama vitamin B6, B9 (asam folat), dan B12, sangat penting dalam fungsi saraf dan pembentukan neurotransmitter yang berperan dalam komunikasi antar sel otak. Kekurangan vitamin B dapat memengaruhi kemampuan anak dalam memproses informasi bahasa dan berbicara dengan lancar. Vitamin B6 dapat ditemukan dalam ikan, kentang, dan kacang-kacangan, sementara asam folat banyak terdapat dalam sayuran hijau dan buah-buahan.

Anak-anak yang mendapatkan nutrisi yang cukup dan seimbang cenderung berbicara lebih lancar, cepat memahami bahasa, dan mampu merespon secara tepat terhadap rangsangan verbal. Mereka lebih cepat mengembangkan kosakata dan mampu berkomunikasi dengan baik sesuai dengan tahapan perkembangan usianya. Makanan sehat tidak hanya mempengaruhi aspek fisik dan kognitif, tetapi juga perkembangan emosional dan sosial anak. Anak-anak yang mendapatkan nutrisi seimbang lebih mampu mengontrol emosi mereka, lebih responsif terhadap lingkungan sosial, dan memiliki kemampuan interaksi yang lebih baik.

Dari hasil penelitian diperoleh data bahwa kecenderungan anak untuk bersosialisasi dengan lingkungannya berada pada kondisi yang normal untuk anak usia 4-6 tahun. Namun beberapa responden mengatakan bahwa anak kesulitan saat diberi tahu hal baru, terdapat anak yang banyak menghabiskan waktunya dengan HP, terdapat anak yang cenderung pasif pada saat proses pembelajaran, terdapat anak yang kesulitan dalam pembelajaran mengenal angka. Orang tua juga mengakui bahwa mereka kekurangan pengetahuan mengenai makanan sehat/eating cleaning. Orang tua juga menyadari walaupun anaknya terlihat normal dan bisa berkumpul atau bermain dengan teman seusianya, sang anak cenderung menghabiskan waktu dengan HP.

Penelitian ini juga menyoroti bahwa meskipun anak-anak di kelompok A tampak aktif dalam kegiatan sehari-hari, ada beberapa anak yang menunjukkan penurunan energi, yang ditandai dengan cepat lelah dan mudah jatuh sakit setelah bermain. Hal ini juga berkaitan dengan kualitas makanan yang mereka konsumsi. Makanan yang kurang bergizi mengakibatkan kurangnya energi

Beberapa anak juga lebih banyak menghabiskan waktu dengan bermain gadget daripada beraktivitas fisik, yang dapat mempengaruhi perkembangan motorik mereka. Aktivitas fisik yang terbatas ini dapat berakibat negatif pada pertumbuhan fisik anak secara keseluruhan, terutama dalam hal kekuatan otot dan kemampuan motorik kasar

Syarat makanan sehat adalah makan yang mengandung banyak gizi yang seimbang yang dibutuhkan oleh tubuh dan mencakupi kebutuhan pertumbuhan anak serta memiliki rasa yang enak dan tampilan yang menarik. Membentuk perilaku sehat anak dimulai sejak usia dini. Hal ini dikarenakan usia dini merupakan masa *Golden Age* (Usia keemasan). Masa *Golden Age* merupakan masa dimana tahap perkembangan otak pada anak usiadini menempati posisi yang paling vital yakni mencapai 80% perkembangan otak. Pada masa usia dini kemampuan memori otak mencapai tingkat maksimal. Anak yang mendapatkan pesan kesehatan yang intens semenjak usia 0-6 tahun memiliki harapan lebih besar untuk berperilaku sehat di masa mendatang. Sebaliknya anak yang tidak mendapatkan pesan kesehatan yang tidak intens maka perilaku sehat sulit terbentuk. Pendidikan kesehatan pada usia ini adalah peletak dasar bagi pendidikan kesehatan selanjutnya.

Pembelajaran tentang makanan sehat di PAUD perlu dilakukan guna mengenalkan pada anak tentang konsep menu dengan muatan gizi seimbang dan halal, agar anak mengetahui jenis makanan yang dapat dikonsumsi dan menjadikan anak sehat. Guru bisa menjadwalkan kegiatan makan bersama di sekolah, yang mana melibatkan orang tua dalam persiapannya. Dengan cara ini,

guru bisa menciptakan suasana yang menyenangkan bagi anak yang akan membuat mereka bersemangat untuk makan menu yang disediakan.

Hal tersebut juga harus didukung oleh orang tua sebagai penyedia makanan bagi anak-anak mereka, hal lain yang bisa dilakukan oleh orang tua adalah dengan membiasakan anak konsumsi makanan sehat sejak dini dengan cara mengajak anak untuk bersama-sama menyiapkan menu makan yang akan dimakan serta secara bertahap menjelaskan kepada anak tentang kandungan dan manfaat nutrisi yang ada dalam bahan makanan yang akan mereka konsumsi. Selain itu usaha untuk mempertahankan nafsu makan pada anak-anak juga sangat penting. Hal tersebut bisa dilakukan dengan variasi menu makanan yang beragam sehingga mereka tidak bosan dengan makanan yang hanya itu-itu saja. Cara lain yang bisa guru berikan kepada anak-anak di pendidikan anak usia dini adalah dengan mengenalkan kebiasaan makan sehat, yaitu dengan mengajarkan kepada mereka kebiasaan apa saja yang harus dilakukan sebelum makan, pada saat makan dan setelah makan. Misalnya; mencuci tangan sebelum dan sesudah makan, mencuci buah atau sayuran sebelum diolah dan membersihkan tempat makan ketika mereka selesai makan.

Penerapan makanan sehat pada kelompok A TK Yustikarini adalah edukasi tentang gizi: guru memberikan edukasi sederhana kepada anak-anak mengenai pentingnya makanan sehat. Mengajarkan tentang manfaat makan buah dan sayur untuk tubuh mereka melalui cerita, gambar, atau permainan edukatif; kampanye minum air putih: selain makanan, guru juga mendorong anak-anak untuk minum air putih secara rutin dan mengurangi konsumsi minuman manis

atau bersoda. Anak-anak diajarkan membawa botol air sendiri dan selalu minum di sela-sela kegiatan; Memberi contoh Langsung dari guru: guru menjadi teladan dengan ikut serta mengonsumsi makanan sehat saat jam makan bersama, sehingga anak-anak terdorong untuk mengikuti kebiasaan baik tersebut; Momen "coba rasa": setiap minggu, guru mengadakan sesi "coba rasa" di mana anak-anak diajak untuk mencoba berbagai jenis buah, sayur, atau makanan sehat lain yang mungkin belum mereka kenal. Tujuannya adalah mengenalkan beragam makanan sehat dengan cara yang menyenangkan; Membuat jadwal makan bersama: di jam makan siang atau snack, guru memastikan bahwa semua anak makan bersama, dan mereka diawasi agar mengonsumsi makanan sehat yang disiapkan. Guru juga mengarahkan anak-anak untuk mengambil porsi yang tepat dan menghabiskan makanan sehat mereka.

Berdasarkan hal tersebut dapat dikatakan bahwa di sekolah diterapkan makanan sehat namun dalam penerapannya masih kurang maksimal contohnya, ketika jam istirahat para guru mempersilahkan anak untuk makan bekalnya namun kurang pendampingan mencuci tangan sebelum makan. Guru juga masih kurang maksimal memberi pengertian tentang apa itu makanan sehat pada anak. Guru juga mendapati beberapa anak sering mengonsumsi jajanan yang kurang sehat di sekolah yang berupa siomay dan cilok yang belum tentu terjamin kebersihannya dan kandungan nutrisinya. Para orang tua berpendapat bahwa mereka setiap hari membuatkan bekal kepada anaknya dengan memperhatikan kebersihan, namun masih kurang mengetahui tentang nilai nutrisi pada makanan anaknya.

Guru juga memberikan edukasi yang mendalam tentang makanan sehat kepada anak-anak. Misalnya, ketika membahas tema makanan sehat, guru hanya menyebutkan beberapa jenis makanan melalui gambar tanpa memberikan penjelasan yang lebih interaktif. Ini membuat anak kurang tertarik dan tidak memahami secara penuh manfaat dari makanan sehat. Selain itu, kegiatan makan bersama di sekolah kurang optimal karena para guru tidak mendampingi siswa saat makan, serta tidak ada pengenalan atau diskusi tentang bekal makanan yang dibawa oleh siswa. Kurangnya interaksi antara guru dan siswa saat makan menghilangkan peluang untuk memperkenalkan kebiasaan makan sehat secara langsung. Akibatnya, anak-anak cenderung membawa bekal yang tidak sehat, seperti jajanan kemasan, dan tidak mendapatkan bimbingan yang tepat dari guru

Penelitian ini juga mengungkapkan bahwa orang tua belum sepenuhnya menerapkan pola makan sehat di rumah. Banyak orang tua yang memberikan bekal makanan instan dan kemasan, seperti mie instan dan jajanan ringan yang rendah gizi, karena dianggap lebih praktis. Beberapa orang tua mengakui bahwa mereka tidak memiliki cukup pengetahuan tentang pentingnya makanan sehat dan gizi seimbang bagi anak-anak mereka. Selain itu, anak-anak di TK Yustikarini cenderung mengonsumsi jajanan dari luar sekolah yang sering kali tidak higienis dan tidak sehat. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun orang tua memberikan bekal makanan, mereka kurang memperhatikan kualitas gizi bekal tersebut dan cenderung tidak memantau konsumsi makanan anak di luar rumah.

Sebagian besar anak-anak belum terbiasa dengan pola makan yang sehat. Mereka lebih sering mengonsumsi makanan yang kurang bergizi, seperti jajanan

kemasan dan makanan olahan, baik di rumah maupun di sekolah. Kurangnya variasi dalam menu makanan membuat anak cepat bosan dan cenderung mencari alternatif makanan tidak sehat. Banyak anak yang lebih memilih makanan ringan seperti "chiki" daripada makanan yang kaya nutrisi, seperti buah dan sayuran. Beberapa anak juga tidak dibiasakan untuk mengonsumsi sayuran, yang merupakan sumber penting vitamin dan mineral untuk tumbuh kembang mereka. Kondisi ini diperburuk dengan kebiasaan anak-anak membeli jajanan tidak higienis di sekitar sekolah, yang dapat berdampak buruk pada kesehatan mereka

Syarat makanan sehat adalah makan yang mengandung banyak gizi yang seimbang yang dibutuhkan oleh tubuh dan mencakupi kebutuhan pertumbuhan anak serta memiliki rasa yang enak dan tampilan yang menarik. Membentuk perilaku sehat anak dimulai sejak usia dini. Hal ini dikarenakan usia dini merupakan masa *Golden Age* (Usia keemasan). Masa *Golden Age* merupakan masa dimana tahap perkembangan otak pada anak usiadini menempati posisi yang paling vital yakni mencapai 80% perkembangan otak. Pada masa usia dini kemampuan memori otak mencapai tingkat maksimal. Anak yang mendapatkan pesan kesehatan yang intens semenjak usia 0-6 tahun memiliki harapan lebih besar untuk berperilaku sehat di masa mendatang. Sebaliknya anak yang tidak mendapatkan pesan kesehatan yang tidak intens maka perilaku sehat sulit terbentuk. Pendidikan kesehatan pada usia ini adalah peletak dasar bagi pendidikan kesehatan selanjutnya.

Program makanan sehat di TK Yustikarini memiliki harapan besar untuk memberi dampak pada pola makan anak-anak, meningkatkan kesehatan fisik dan

mental mereka, serta mengurangi ketergantungan pada makanan tidak sehat. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa makanan sehat memiliki dampak positif terhadap kesehatan fisik dan mental anak-anak. Anak yang sering mengonsumsi makanan sehat memiliki sistem imun yang baik dan jarang sakit. Namun, kenyataannya, banyak orang tua merasa bahwa dampak yang diharapkan belum tercapai secara signifikan. Anak-anak masih menunjukkan kebiasaan makan yang kurang sehat, seperti menolak sayuran dan buah, cepat lelah, serta sulit berkonsentrasi. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun ada upaya baik dari pihak sekolah, penerapan program makanan sehat perlu ditingkatkan agar dapat memberikan hasil yang lebih positif dan berkelanjutan.

Meskipun penerapan makanan sehat di TK Yustikarini belum sepenuhnya efektif, terdapat beberapa anak yang menunjukkan perbaikan dalam kondisi fisik setelah mendapatkan bekal makanan sehat dari orang tua. Orang tua yang lebih memperhatikan asupan gizi anaknya melaporkan bahwa anak-anak mereka lebih energik dan jarang sakit. Sebaliknya, anak-anak yang sering mengonsumsi makanan kurang sehat mengalami masalah seperti kurangnya energi, sering merasa lelah, dan mengalami keterlambatan pertumbuhan. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa anak-anak yang dibiasakan mengonsumsi makanan sehat sejak dini memiliki peluang lebih besar untuk mengembangkan kebiasaan makan yang baik di masa mendatang. Namun, tanpa adanya kolaborasi yang kuat antara sekolah dan orang tua, penerapan makanan sehat tidak dapat sepenuhnya terwujud.

Adapun keterkaitan penelitian ini dengan penelitian terdahulu yaitu

pertama, penelitian yang dilakukan oleh Novianti et.al (2019). Persamaan penelitian ini dengan penelitian Novianti et.al (2019) yaitu sama-sama menyimpulkan anak masih kurang pengetahuan mengenai apa itu makanan sehat, namun terdapat perbedaan dimana penelitian Noviant et.al., menggunakan metode eksperimen. Yang kedua, penelitian yang dilakukan oleh Moh. Hikam Istifaul Amin et.al., (2023) menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan kualitatif, namun terdapat perbedaan dimana penelitian Moh. Hikam Istifaul Amin et.al., menyimpulkan bahwa penerapan makanan sehat pada objek penelitian sudah berjalan dengan baik, sedangkan pada penelitian ini penerapan makanan sehat di kelompok A TK Yustikarini sudah berjalan namun belum maksimal. Ketiga, penelitian yang dilakukan oleh Siti Khodijah (2016). Penelitian ini bertujuan untuk melihat upaya orang tua dalam membangun pola makan sehat, serta program pendidikan gizi yang sesuai dengan kondisi di tempat penelitian. Persamaan pada penelitian ini yaitu sama sama melihat bagaimana penerapan makanan sehat dijalankan pada anak usia dini, namun terdapat perbedaan dimana penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif sedangkan penelitian Siti Khodijah menggunakan metode penelitian tindakan kolaboratif. Keempat yaitu, Penelitian yang dilakukan oleh Jatmikowati et.al (2023), Persamaannya yaitu sama sama meneliti tentang bagaimana penerapan makanan sehat di jenjang PAUD. Namun, terdapat perbedaan dimana penelitian ini menggunakan penelitian metode kualitatif deskriptif, sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Tri Endang Jatmikowati, Kristi Nuraini, Dyah Retno Winart, dan Asti Bhawika Adwitiya menggunakan metode tindakan kolaboratif.

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan yaitu tentang “Penerapan Makanan Sehat Dan Bergizi Terhadap Kesehatan Tubuh Pada Anak Kelompok A Di Tk Yustikarini Kecamatan Bantaeng, Kabupaten Bantaeng” maka kesimpulan yang dapat ditarik sebagai berikut:

1. Karakteristik kesehatan anak usia dini pada anak kelompok A di TK Yustikarini kecamatan Bantaeng, kabupaten Bantaeng ditinjau dari indikator: 1) Tumbuh-kembang anak sesuai dengan usia, 2) Rambut, kulit, dan kuku bersih, 3) Bergerak dan bereaksi aktif, berbicara lancar sesuai dengan usia tidak maksimal untuk anak usia 4-6 Tahun
2. Penerapan makanan sehat dan bergizi terhadap kesehatan pada anak kelompok A di TK Yustikarini kecamatan Bantaeng, kabupaten Bantaeng berupa Penerapan makanan sehat pada kelompok A TK Yustikarini yang pertama adalah edukasi tentang gizi. Yang kedua mengajarkan tentang manfaat makan buah dan sayur melalui permainan-permainan edukatif, yang ketiga kampanye minum air putih. Yang keempat memberi contoh langsung dari guru. Yang kelima, momen "coba rasa. Yang keenam, membuat jadwal makan bersama. Namun pada penerapannya pada kelompok A TK Yustikarini tidak konsisten.
3. Dampak terhadap kesehatan anak setelah di terapkan makanan sehat memiliki harapan besar untuk memberi dampak pada pola makan anak-anak, meningkatkan kesehatan fisik dan mental mereka, serta mengurangi ketergantungan pada makanan tidak sehat. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa makanan sehat memiliki dampak positif terhadap kesehatan

fisik dan mental anak-anak. Anak yang sering mengonsumsi makanan sehat memiliki sistem imun yang baik dan jarang sakit. Namun, kenyataannya, banyak orang tua merasa bahwa dampak yang diharapkan belum tercapai secara signifikan. Anak-anak masih menunjukkan kebiasaan makan yang kurang sehat, seperti menolak sayuran dan buah, cepat lelah, serta sulit berkonsentrasi.

## **B. Implikasi**

Ketidaksesuaian karakteristik kesehatan anak usia dini pada kelompok A TK Yustikarini menunjukkan adanya tantangan dalam memastikan kesehatan fisik dan mental yang optimal pada usia dini. Hal ini berimplikasi pada perlunya penguatan dalam aspek perawatan dasar (seperti kebersihan dan pertumbuhan motorik), yang penting bagi perkembangan anak di fase kritis ini. Ketidakkonsistenan dalam penerapan program makanan sehat di TK Yustikarini menjadi masalah yang berdampak pada perkembangan pola makan anak. Hal ini berimplikasi pada kebutuhan untuk meningkatkan pendidikan dan melibatkan yang lebih intensif baik dari pihak guru, orang tua, maupun komunitas sekolah dalam mendukung program makanan sehat. Meski terdapat harapan bahwa penerapan makanan sehat akan memberikan dampak positif, hasil yang belum signifikan mengindikasikan bahwa usaha ini perlu diperkuat. Tantangan dalam mengubah kebiasaan makan anak dan mencapai hasil kesehatan yang diinginkan perlu mendapat perhatian lebih. Ini berimplikasi pada perlunya strategi yang lebih menyeluruh dalam mengedukasi anak serta orang tua mengenai pentingnya konsumsi makanan sehat.

### C. Saran

1. Penguatan program kesehatan di sekolah: Sekolah perlu lebih konsisten dalam menerapkan program kebersihan dan kesehatan anak. Pengawasan rutin terhadap kebersihan rambut, kulit, kuku, serta tumbuh-kembang fisik anak sebaiknya menjadi bagian dari rutinitas harian. Perlu adanya kolaborasi yang lebih erat dengan puskesmas atau layanan kesehatan setempat untuk memastikan bahwa pertumbuhan dan perkembangan anak-anak diawasi oleh profesional medis secara berkala.
2. Peningkatan konsistensi penerapan pola makan sehat: Orang tua perlu dilibatkan secara aktif dalam program ini dengan memberikan edukasi yang berkelanjutan. Mereka bisa diajak untuk mengikuti kelas gizi atau seminar mengenai pentingnya penerapan makanan sehat di rumah.
3. Monitoring dan evaluasi: Buat sistem pemantauan dan evaluasi rutin yang dapat mengukur efektivitas program ini dan membuat perbaikan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Amin, M. H. I., Wahyuningsih, W., Fathonah, S., & Sugeng, B. (2023). Evaluation of the Implementation of Healthy Food Provision for Early Childhood at Muslimat Nu Puton Kindergarten in Pekalongan. *Food Science and Culinary Education Journal*, 12(1), 16-20.
- Aulina, C. N., & Astutik, Y. (2019). Peningkatan kesehatan anak usia dini dengan penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di TK Kecamatan Candi Sidoarjo. *AKSIOLOGIYA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1), 50-58.
- Awaluddin, A., Tursinawati, T., & Nurmasyitah, N. (2017). Hubungan Status Gizi Dengan Hasil Belajar Siswa Kelas I Sd Negeri 5 Banda Aceh. *Pesona Dasar: Jurnal Pendidikan Dasar dan Humaniora*, 5(2).
- Amalia, V., & Nurfadilah, N. (2020). Pelaksanaan Program Pembiasaan Konsumsi Makanan Sehat Di Dandelion Daycare Plus Depok. *Jurnal Anak Usia Dini Holistik Integratif (AUDHI)*, 3(1), 36-41.
- Dini, P. A. U., & Dini, A. P. A. U. Konsep Dan Isu Perkembangan Anak, Aspek-Aspek Perkembangan Anak.
- Jatmikowati, T. E., Nuraini, K., Winarti, D. R., & Adwitiya, A. B. (2023). Peran Guru dan Orang Tua dalam Pembiasaan Makan Makanan Sehat pada Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(2), 1279-1294.
- Khusnaini, R. (2022, July). Habituation of Clean and Healthy Life Behavior in Islamic ECE Unit. In *Annual International Conference on Islamic Education for Students (Vol. 1, No. 1)*.
- Keselman, A., & Zeyer, A. (2022). *Tipping the Fencesitters—The Impact of a Minimal Intervention Enhanced with Biological Facts on Swiss Student Teachers' Perception of HPV Vaccination Safety*. *Vaccines*, 10(2), 175.
- Lestari, S. (2008). Pengasuhan orang tua dan harga diri remaja: studi meta analisis. *Anima Indonesian Psychological Journal*, 24(1), 18.
- Latifah, U. (2017). Aspek perkembangan pada anak Sekolah Dasar: Masalah dan perkembangannya. *Academica: Journal of Multidisciplinary Studies*, 1(2), 185-196.

- Mardhiati, R. (2013). Pesan Kesehatan: Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) anak usia dini dalam kurikulum pendidikan anak usia dini. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 2(3).
- Masykuroh, K. (2020). Implementasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Di Sekolah Rujukan Nasional TK 'Aisyiyah 4 Tebet Jakarta Selatan. *Jurnal Penelitian dan Pengembangan Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(1), 35-48.
- Novianti, S. (2019). Meningkatkan Pengetahuan Makanan Sehat Pada Anak Melalui Kegiatan Cooking Di TK Tunas Bangsa Balai Panjang Kecamatan Lareh Sago Halaban Kabupaten Lima Puluh Kota.
- Nurchayati, D., & Pusari, R. W. (2014). Upaya meningkatkan pengetahuan makanan sehat melalui penerapan sentra cooking pada kelompok bermain B di PAUD BAITUS SHIBYAAN Kecamatan Bergas Kabupaten Semarang tahun ajaran 2014/2015. *PAUDIA: Jurnal Penelitian dalam Bidang Pendidikan Anak Usia Dini*, 3(2 Oktober).
- Rufaida, S., Nurdianti, N., & Rahmat, M. Y. (2023, September). Positive behavior support learning models based on virtual reality: A need analysis. In *AIP Conference Proceedings* (Vol. 2736, No. 1). AIP Publishing.
- Robiah, R., & Kurniawaty, L. (2022). Program Pemberian Makanan Sehat bagi Anak Usia Dini di PAUD Nur Hidayah Jakarta Barat. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 6(2), 16123-16128.
- Sholikhah, L. (2019). *Perilaku hidup bersih dan sehat pada anak usia dini diTK Dewi Sartika Turen* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim).
- Solicha, I. Na'imah.(2020). Faktor Yang Mempengaruhi Perkembangan Anak Usia Dini. *Jurnal Pelita PAUD*, 4(2), 197-207.
- Siti Khodijah. (2016). Program Pendidikan Gizi Pada Orang Tua Untuk Membangun Pola Makan Sehat Anak Usia Dini (Penelitian Tindakan Kolaboratif di PAUD Kota Bandung), 2(1), 159-180.

- Sambo, M., Ciuantasari, F., & Maria, G. (2020). Hubungan pola makan dengan status gizi pada anak usia prasekolah. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11(1), 423-429.
- Umasugi, F., Wondal, R., & Alhadad, B. (2020). Kajian Pengaruh Pemahaman Orangtua Terhadap Pemenuhan Gizi Anak Melalui Lunch Box (Bekal Makanan). *Jurnal Ilmiah Cahaya Paud*, 2(2), 1-15.
- Vyanti, A., Yani, A., Pratiwi, B. Y., Rahmawati, C., & Putri, Y. F. (2022). Kesehatan diri dan lingkungan: pentingnya gizi bagi perkembangan anak. *Jurnal Multidisipliner Bharasumba*, 1(02), 97-103.
- Wajdi, M., Akib, T., Natsir, M., Hasan, E., & Abidin, A. (2021). Hubungan Antara Kecakapan Literasi Digital Dengan Kreativitas Mengajar Guru Dalam Kegiatan Pembelajaran. *Jurnal Riset dan Inovasi Pembelajaran*, 1(3), 214-222.
- Wardanengsih, E., Azis, A. Y., Ikdafile, Y., Darwis, N., Fatmawati, R., Amas, R. R., & Hermawin, S. H. (2022). Deteksi Dini Stunting pada Anak Usia Sekolah di TK Baharuddin Kelurahan Tempe Kabupaten Wajo. *Jurnal homepage: <http://ojs.lppmuniprima.org/index.php/jurdikmas> ISSN, 26886, 164X*.
- Yeni, D. I., Wulandari, H., & Hadiati, E. (2020). Pelaksanaan Program Pemberian Makanan Sehat Anak Usia Dini: Studi Evaluasi ProgramCIPP. *MURHUM: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 1(2), 1-15.

**L**

**A**

**M**

**P**

**I**

**R**

**A**

**N**



## Lampiran 1. Pedoman Wawancara

### A. Identitas Informan

#### 1. Identitas Guru

- a. Nama sekolah :
- b. Nama responden/jabatan :
- c. Hari tanggal :

#### 2. Identitas Orang Tua

- a. Nama sekolah :
- b. Nama anak :
- c. Nama responden/orang tua :
- d. Hari tanggal :

### B. Daftar Pertanyaan

#### 1. Wawancara Guru

No.	Faktor yang diteliti	Indikator	Pertanyaan
1.	Karakteristik anak usia dini	1. Tumbuh kembang anak sesuai dengan usia	<p>1. Berapa Tinggi Anak pada kelompok A TK Yutikarini?</p> <p>2. Apakah tinggi badan tersebut sudah sesuai dengan anak usia 4-6 tahun?</p>

		2. Rambut, kulit dan kuku bersih	1. Bagaimana keadaan rambut, kulit, dan kuku anak pada kelompok A TK Yustikarini?
		3. Bergerak dan bereaksi aktif, berbicara lancar sesuai dengan usia	1. Bagaimana keadaan anak pada proses pembelajaran dikelas maupun pada saat diruang pembelajaran?
2.	Penerapan makanan sehat dan bergizi terhadap kesehatan	1. Penerapan makanan sehat dan bergizi disekolah	1. Apa saja penerapan makanan sehat yang telah dilakukan TK Yustikarini pada kelompok A? 2. Menurut anda apakah penerapan makanan sehat sudah maksimal?
3.	Dampak terhadap kesehatan anak setelah di	1. Yang Diharapkan	1. Apa dampak bagi kesehatan yang diharapkan guru

	terapkan makanan sehat		ketika penerapan makanan sehat ?
		2. Kondisi Realitas	1. Apa dampak dari penerapan makanan sehat yang telah diamati guru sejauh ini?

## 2. Wawancara Orangtua Siswa

No.	Faktor yang diteliti	Indikator	Pertanyaan
1.	Karakteristik anak usia dini	1. Tumbuh kembang anak sesuai dengan usia	1. Bagaimana kondisi tinggi badan anak anda? 2. Apakah tinggi badan tersebut sudah sesuai dengan anak usia 4-6 tahun?
		2. Rambut, kulit dan kuku bersih	1. Bagaimana keadaan rambut, kulit, dan kuku anak pada anak anda?
		3. Bergerak dan	2. Bagaimana keadaan

		bereaksi aktif, berbicara lancar sesuai dengan usia	anak anda pada dirumah?
2.	Penerapan makanan sehat dan bergizi terhadap kesehatan	1. Penerapan makanan sehat dan bergizi dirumah	1. Apa saja makanan dan bekal yang anda siapkan untuk anak anda? 2. Apakah anda mengetahui syarat makanan sehat? 3. Apakah menurut anda makanan yang anda berikan untuk anak anda sudah memenuhi kebutuhan gizi anak anda dan apakah anda menyajikan makanan anda secara higienis?
3.	Dampak terhadap kesehatan anak setelah di	1. Yang Diharapkan	1. Apa dampak bagi kesehatan yang diharapkan

	<p>terapkan makanan sehat</p>		<p>orangtua ketika penerapan makanan sehat dijalankan?</p>
		<p>2. Kondisi Realitas</p>	<p>1. Apa dampak dari penerapan makanan sehat yang telah diamati orang tua sejauh ini?</p>



## Lampiran 2. Data Informan Penelitian

### a. Informan 1

Nama : Suharni, S.Pd.AUD  
Profesi : Guru  
Jenis kelamin : Perempuan  
Tempat tanggal lahir : Bantaeng, pada tanggal 18 November 1992  
Alamat : Jl. Elang Baru No. 30, Kelurahan Pallantikang,  
Kecamatan Bantaeng, Kabupaten Bantaeng

### b. Informan 2

Nama : Ita Puspita, S.Pd.AUD  
Profesi : Guru  
Jenis kelamin : Perempuan  
Tempat tanggal lahir : Bantaeng, pada tanggal 27 Agustus 1995  
Alamat : Jl. Pemuda No. 16, Kelurahan Pallantikang,  
Kecamatan Bantaeng, Kabupaten Bantaeng

### c. Informan 3

Nama : Permata Putri  
Profesi : Ibu rumah tangga  
Jenis kelamin : Perempuan  
Tempat tanggal lahir : Takalar, pada tanggal 2 Januari 1984  
Alamat : Jl. Bakri No. 22, Kelurahan Bonto Rita, Kecamatan  
Bissappu, Kabupaten Bantaeng

## d. Informan 4

Nama : Widyawati  
Profesi : Ibu rumah tangga  
Jenis kelamin : Perempuan  
Tempat tanggal lahir : Bantaeng, pada tanggal 9 November 1994  
Alamat : Lr. Bungung Barania/ Jl. Bangau, Kelurahan  
Pallantikang, Kecamatan Bantaeng, Kabupaten Bantaeng

## e. Informan 5

Nama : Astuti  
Profesi : Wiraswasta  
Jenis kelamin : Perempuan  
Tempat tanggal lahir : Bantaeng, pada tanggal 22 November 1991  
Alamat : Jl. Bangau No. 14, Kelurahan Pallantikang,  
Kecamatan Bantaeng, Kabupaten Bantaeng

## f. Informan 6

Nama : Normawati  
Profesi : Ibu rumah tangga  
Jenis kelamin : Perempuan  
Tempat tanggal lahir : Bantaeng, pada tanggal 22 Februari 1991  
Alamat : Jl. Elang No. 32, Kelurahan Pallantikang,  
Kecamatan Bantaeng, Kabupaten Bantaeng

## g. Informan 7

Nama : Kasmawati

Profesi : Wiraswasta  
Jenis kelamin : Perempuan  
Tempat tanggal lahir : Bantaeng, pada tanggal 22 Mei 1987  
Alamat : Jl. Elang No. 08, Kelurahan Pallantikang,  
Kecamatan Bantaeng, Kabupaten Bantaeng

h. Informan 8

Nama : Nur Maghfirah, S.Sos  
Profesi : PNS  
Jenis kelamin : Perempuan  
Tempat tanggal lahir : Gowa, pada tanggal 2 Juni 1994  
Alamat : Jl. Raya Lantō No. 10, Kelurahan Pallantikang,  
Kecamatan Bantaeng, Kabupaten Bantaeng

i. Informan 9

Nama : Syahrani, S.Sos  
Profesi : PNS  
Jenis kelamin : Perempuan  
Tempat tanggal lahir : Majene, pada tanggal 11 Januari 1994  
Alamat : Jl. Raya Lantō No. 27, Kelurahan Pallantikang,  
Kecamatan Bantaeng, Kabupaten Bantaeng

j. Informan 10

Nama : Kumalasari  
Profesi : Ibu rumah tangga  
Jenis kelamin : Perempuan

Tempat tanggal lahir : Bantaeng, pada tanggal 22 Agustus 1994

Alamat : Jl. Raya Lanto No. 16, Kelurahan Pallantikang,  
Kecamatan Bantaeng, Kabupaten Bantaeng

k. Informan 11

Nama : Novitasari, S.M

Profesi : PNS

Jenis kelamin : Perempuan

Tempat tanggal lahir : Makassar, pada tanggal 10 Mei 1995

Alamat : Jl. Bangau No.27, Kelurahan Pallantikang,  
Kecamatan Bantaeng, Kabupaten Bantaeng

l. Informan 12

Nama : Herlina

Profesi : Ibu rumah tangga

Jenis kelamin : Perempuan

Tempat tanggal lahir : Gowa, pada tanggal 27 Agustus 1982

Alamat : Jl. Kakak Tua No. 11, Kelurahan Pallantikang,  
Kecamatan Bantaeng, Kabupaten Bantaeng

### Lampiran 3. Lembar Hasil Wawancara/ Penelitian

PEDOMAN WAWANCARA GURU
<p>Nama Sekolah: TK Yustikarini</p> <p>Nama responden/ Jabatan: Suharni/Guru (31 Tahun)</p> <p>Hari/Tanggal: Rabu/ 4 September 2024</p>
<p>1. Berapa tinggi anak pada kelompok A TK Yutikarini?</p> <p>= tinggi rata rata 80 cm dan anak perempuan berkisar antara 78 cm</p> <p>2. Apakah tinggi badan tersebut sudah sesuai dengan anak usia 4-6 tahun?</p> <p>= tinggi badan tersebut kurang ideal untuk anak usia 4-6 tahun</p> <p>3. Bagaimana keadaan rambut, kulit, dan kuku anak pada kelompok A TK Yustikarini?</p> <p>= Kondisi rambut, kulit dan kuku anak kelompok A TK Yustikarini kurang terjaga, beberapa dari mereka memiliki kulit yang cenderung kusam serta kuku yang tidak cerah. Penerapan makanan sehat dirumah serta disekolah tidak luput dari hal tersebut. Karena makanan yang sehat akan membantu menghasilkan rambut, kulit, dan kuku yang bersih. Kebiasaan membeli jajanan yang tidak higienis sangat berpengaruh</p> <p>4. Bagaimana keadaan anak pada proses pembelajaran dikelas maupun pada saat diruang pembelajaran?</p> <p>= Anak pada kelompok A TK Yustikarini memiliki kebiasaan yang cenderung aktif bermain. Pada proses pembelajaran, anak cenderung aktif bertanya pada saat jam pembelajaran berlangsung. Namun biasanya, ada saja anak yang tidak terlalu aktif dalam proses pembelajaran. Ada beberapa anak yang sifatnya</p>

memang pendiam/penyabar dibandingkan anak lain

5. Apa saja penerapan makanan sehat yang telah dilakukan TK Yustikarini pada kelompok A?

= Penerapan makanan sehat yang dijalankan oleh guru di TK Yustikarini dapat mencakup beberapa langkah praktis seperti: menyediakan menu sehat harian, edukasi tentang gizi: Guru memberikan edukasi sederhana kepada anak-anak mengenai pentingnya makanan sehat. Misalnya, mengajarkan tentang manfaat makan buah dan sayur untuk tubuh mereka melalui cerita, gambar, atau permainan edukatif. Kampanye minum air putih memberi contoh langsung dari guru. Momen "coba rasa Membuat Jadwal Makan Bersama yaitu disetiap jam istirahat. Penerapan makanan sehat di kelompok A TK Yustikarini masih kurang maksimal. Pada saat istirahat berlangsung, para murid dipersilahkan untuk membuka bekal masing masing didampingi oleh guru, akan tetapi para guru kurang memperhatikan kebersihan tangan. Guru tidak secara langsung menyuruh para murid untuk mencuci tangan sebelum makan. Pada saat diterapkannya kebiasaan cuci tangan, para murid sangat antusias mencuci tangannya secara teratur. Sebelumnya, para murid juga tidak diperhatikan kombinasi bekal yang dibawa. Guru juga kurang mengajarkan para murid apa saja makanan sehat. Anak juga sering membeli jajanan yang sedang singgah disekitar sekolah seperti, tukang siomay, cilok dan sebagainya. Kemudian para guru memperhatikan hal tersebut. Dua minggu setelah diterapkan kebiasaan makanan sehat dan mengajarkan kepadanya, murid langsung antusias memilih makanan. Hal ini tentunya perlu dilestarikan, mengingat adanya program

pemerintah yang mendukung hal tersebut.

6. Menurut anda apakah penerapan makanan sehat sudah maksimal?

= belum maksimal

7. Apa dampak bagi kesehatan yang diharapkan guru ketika penerapan makanan sehat?

= Sebagai seorang guru di TK Yustikarini, saya telah mengamati dampak positif yang luar biasa dari penerapan program makanan sehat pada kelompok

A. Program ini dirancang dengan tujuan untuk meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan anak-anak sejak usia dini. Setiap harinya, anak-anak diperkenalkan dengan berbagai jenis makanan sehat, seperti buah-buahan, sayuran, serta makanan rendah gula dan garam. Semenjak penerapan program ini, saya melihat perubahan signifikan pada kebiasaan makan anak-anak. Mereka mulai lebih antusias dalam mencoba makanan yang sebelumnya mungkin jarang mereka konsumsi, seperti wortel, brokoli, dan apel. Selain itu, anak-anak tampak lebih berenergi dan aktif selama beraktivitas di kelas dan di luar ruangan. Saya juga menyadari bahwa fokus dan konsentrasi mereka dalam belajar semakin meningkat. Salah satu contoh yang sangat saya ingat adalah ketika seorang anak yang dulunya sulit makan sayuran, kini dengan senang hati mengambil porsi lebih banyak saat makan siang. Orang tua anak-anak pun memberikan feedback positif mengenai perubahan pola makan anak mereka di rumah. Selain itu, program ini juga memberikan dampak pada kebiasaan hidup sehat secara keseluruhan. Anak-anak mulai belajar tentang pentingnya memilih makanan yang baik untuk tubuh mereka, dan mereka sering kali membawa

pengetahuan tersebut ke rumah. Program ini tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik, tetapi juga membantu dalam membentuk kebiasaan positif yang akan berguna bagi mereka di masa depan

8. Apa dampak dari penerapan makanan sehat yang telah diamati guru sejauh ini?

= Sebagai seorang guru di TK Yustikarini, saya telah mengamati dampak positif yang luar biasa dari penerapan program makanan sehat pada kelompok A. Program ini dirancang dengan tujuan untuk meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan anak-anak sejak usia dini. Setiap harinya, anak-anak diperkenalkan dengan berbagai jenis makanan sehat, seperti buah-buahan, sayuran, serta makanan rendah gula dan garam. Semenjak penerapan program ini, saya melihat perubahan signifikan pada kebiasaan makan anak-anak. Mereka mulai lebih antusias dalam mencoba makanan yang sebelumnya mungkin jarang mereka konsumsi, seperti wortel, brokoli, dan apel. Selain itu, anak-anak tampak lebih berenergi dan aktif selama beraktivitas di kelas dan di luar ruangan. Saya juga menyadari bahwa fokus dan konsentrasi mereka dalam belajar semakin meningkat. Salah satu contoh yang sangat saya ingat adalah ketika seorang anak yang dulunya sulit makan sayuran, kini dengan senang hati mengambil porsi lebih banyak saat makan siang. Orang tua anak-anak pun memberikan feedback positif mengenai perubahan pola makan anak mereka di rumah. Selain itu, program ini juga memberikan dampak pada kebiasaan hidup sehat secara keseluruhan. Anak-anak mulai belajar tentang pentingnya memilih makanan yang baik untuk tubuh mereka, dan mereka sering kali membawa

pengetahuan tersebut ke rumah. Program ini tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik, tetapi juga membantu dalam membentuk kebiasaan positif yang akan berguna bagi mereka di masa depan

#### PEDOMAN WAWANCARA GURU

Nama Sekolah: TK Yustikarini

Nama responden/ Jabatan: Ita Puspita/Guru (29 tahun)

Hari/Tanggal: Rabu/ 4 September 2024

1. Berapa Tinggi Anak pada kelompok A TK Yustikarini?

= tinggi badan anak berkisar pada 80 cm

2. Apakah tinggi badan tersebut sudah sesuai dengan anak usia 4-6 tahun?

= tinggi badan tersebut kurang ideal untuk anak usia 4-6 tahun

3. Bagaimana keadaan rambut, kulit, dan kuku anak pada kelompok A TK Yustikarini?

= Rambut, kulit dan kuku anak pada kelompok A TK Yustikarini tidak semuanya yang memiliki kondisi buruk. Namun, beberapa dari mereka memiliki kulit yang tidak cerah, serta kuku yang kotor. Hal ini disebabkan karena beberapa dari mereka mungkin mengonsumsi jajanan yang kurang higienis pada tukang jajanan keliling

4. Bagaimana keadaan anak pada proses pembelajaran dikelas maupun pada saat diruang pembelajaran?

= Ada banyak karakter di kelompok A TK Yustikarini. Mereka semua aktif bermain. Namun, pada pembelajaran tertentu, anak cenderung pasif contohnya

pada pembelajaran mengenal angka. Terdapat beberapa anak yang juga lebih senang mendengarkan penjelasan oleh gurunya

5. Apa saja penerapan makanan sehat yang telah dilakukan TK Yustikarini pada kelompok A?

= Penerapan makanan sehat pada TK Yustikarini berjalan, namun masih kurang maksimal dan kurang konsisten. Terkadang para murid dibiarkan makan bekal tanpa mencuci tangan terlebih dahulu. Murid kurang diberi pengetahuan tentang apa itu makanan sehat. Kembali lagi, penerapan makan sehat pada TK Yustikarini berjalan namun kurang maksimal. Saya berharap untuk kedepannya, penerapan makanan sehat akan terus berjalan dengan maksimal karena berdampak pada kesehatan anak

6. Menurut anda apakah penerapan makanan sehat sudah maksimal?

= belum maksimal dan belum konsisten

7. Apa dampak bagi kesehatan yang diharapkan guru ketika penerapan makanan sehat?

= Di kelas, kami memberikan edukasi sederhana mengenai manfaat makanan sehat. Kami menggunakan cerita-cerita menarik dan kegiatan interaktif untuk membantu anak-anak memahami pentingnya menjaga tubuh mereka dengan makanan yang baik. Saya ingat ada seorang anak yang tadinya enggan makan sayuran, tapi setelah mendengar cerita tentang “pahlawan brokoli” yang bisa membuat mereka kuat, kini dia rutin memakan sayuran setiap makan siang. Salah satu momen paling menyenangkan adalah ketika kami mengadakan kegiatan "coba rasa", di mana anak-anak bisa mencicipi berbagai jenis buah dan

sayuran yang mungkin belum pernah mereka coba. Dalam kegiatan ini, saya melihat betapa anak-anak semakin terbuka untuk mengeksplorasi makanan yang berbeda. Mereka tertawa, saling bercerita, dan sering kali dengan bangga menunjukkan kepada teman-teman mereka bahwa mereka berani mencoba makanan yang baru. Dampak dari program makanan sehat ini terlihat jelas dalam aktivitas sehari-hari anak-anak. Mereka menjadi lebih fokus saat belajar, lebih aktif saat bermain, dan secara keseluruhan tampak lebih bugar. Pola makan sehat tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik mereka, tetapi juga pada perkembangan mental dan sosial mereka

8. Apa dampak dari penerapan makanan sehat yang telah diamati guru sejauh ini?

=Di kelas, kami memberikan edukasi sederhana mengenai manfaat makanan sehat. Kami menggunakan cerita-cerita menarik dan kegiatan interaktif untuk membantu anak-anak memahami pentingnya menjaga tubuh mereka dengan makanan yang baik. Saya ingat ada seorang anak yang tadinya enggan makan sayuran, tapi setelah mendengar cerita tentang “pahlawan brokoli” yang bisa membuat mereka kuat, kini dia rutin memakan sayuran setiap makan siang. Salah satu momen paling menyenangkan adalah ketika kami mengadakan kegiatan "coba rasa", di mana anak-anak bisa mencicipi berbagai jenis buah dan sayuran yang mungkin belum pernah mereka coba. Dalam kegiatan ini, saya melihat betapa anak-anak semakin terbuka untuk mengeksplorasi makanan yang berbeda. Mereka tertawa, saling bercerita, dan sering kali dengan bangga menunjukkan kepada teman-teman mereka bahwa mereka berani mencoba

makanan yang baru. Dampak dari program makanan sehat ini terlihat jelas dalam aktivitas sehari-hari anak-anak. Mereka menjadi lebih fokus saat belajar, lebih aktif saat bermain, dan secara keseluruhan tampak lebih bugar. Pola makan sehat tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik mereka, tetapi juga pada perkembangan mental dan sosial mereka

#### PEDOMAN WAWANCARA ORANGTUA SISWA

Nama Sekolah: TK Yustikasari

Nama Anak: Muhammad Syaiqul Arsy

Nama Responden/ Orang tua: Permata Putri (40)

Hari/ Tanggal: Rabu/ 4 September 2024

1. Bagaimana kondisi tinggi badan anak anda?

= Anak saya memiliki tinggi sekitar 87 cm

2. Apakah tinggi badan tersebut sudah sesuai dengan anak usia 4-6 tahun?

= Diusia 5 tahun tinggi badan tersebut kurang ideal. Dari faktor genetik tidak ada pengaruhnya karena saya dan suami saya memiliki tinggi badan ideal. Dan keluarga besar juga tidak ada yang memiliki tinggi badan yang pendek.

3. Bagaimana keadaan rambut, kulit, dan kuku anak pada anak anda?

= Rambut dari anak saya hitam cerah namun pertumbuhannya dari rambutnya lama, kondisi kulitnya normal dan kukunya normal. Pertumbuhan rambut yang lama bisa saja dipengaruhi oleh makanan yang nutrisinya tidak seimbang dan kurang higienis

4. Bagaimana keadaan anak anda pada dirumah?

= Anak saya dirumah memiliki sifat yang aktif seperti anak usianya, cenderung penasaran tentang hal baru, namun tidak suka berkumpul dengan teman seantaranya. Anak saya lebih menyukai bermain handphone didalam kamar bersama kakaknya. Untuk nutrisi makanan yang dimakan oleh anak saya kurang tau namun bisa saya pastikan makanan yang saya buat higienis

5. Apa saja makanan dan bekal yang anda siapkan untuk anak anda?

= nasi, tahu tempe dan telur sebagai lauknya, sesekali diberi mie goreng instan

6. Apakah anda mengetahui syarat makanan sehat?

= kurang tau

7. Apakah menurut anda makanan yang anda berikan untuk anak anda sudah memenuhi kebutuhan gizi anak anda dan apakah anda menyajikan makanan anda secara higienis?

= Anak saya pola makannya teratur tiga kali sehari, anak juga sarapan pagi sebelum berangkat kesekolah. Namun saya tidak tau mengenai kandungan nutrisi pada makanan yang dimakan. Untuk bekal kesekolah saya membuat nasi, tahu tempe dan telur sebagai lauknya, sesekali diberi mie goreng instan. Saya juga menjaga kebersihan makanan anak saya. Saya setiap hari membuatkan anak saya bekal kesekolah

8. Apa dampak bagi kesehatan yang diharapkan orangtua ketika penerapan makanan sehat dijalankan?

=Sebagai orang tua, saya mendukung program makanan sehat di TK Yustikarini, tetapi dampaknya belum terlihat signifikan pada anak saya. Dia masih suka membawa camilan manis dari rumah, dan saya merasa pengawasan

di sekolah belum ketat. Hal ini membuat anak saya tetap memilih makanan tidak sehat, sehingga penerapan pola makan sehat belum membentuk kebiasaan yang kuat

9. Apa dampak dari penerapan makanan sehat yang telah diamati orang tua sejauh ini?

= Sebagai orang tua, saya mendukung program makanan sehat di TK Yustikarini, tetapi dampaknya belum terlihat signifikan pada anak saya. Dia masih suka membawa camilan manis dari rumah, dan saya merasa pengawasan di sekolah belum ketat. Hal ini membuat anak saya tetap memilih makanan tidak sehat, sehingga penerapan pola makan sehat belum membentuk kebiasaan yang kuat

#### PEDOMAN WAWANCARA ORANGTUA SISWA

Nama Sekolah: TK Yustikasari

Nama Anak: Uwais Qarni

Nama Responden/ Orang tua: Widyawati (30)

Hari/ Tanggal: Kamis/ 5 September 2024

1. Bagaimana kondisi tinggi badan anak anda?

= Anak saya memiliki tinggi yang kurang ideal diusia 4-6 tahun

2. Apakah tinggi badan tersebut sudah sesuai dengan anak usia 4-6 tahun?

= kurang ideal

3. Bagaimana keadaan rambut, kulit, dan kuku anak pada anak anda?

= Rambut, kulit, dan kuku kondisinya kurang maksimal. Ada banyak pengaruh

dari hal ini terkhusus pada makanan. Jajanan yang tidak sehat bisa menjadi faktor pemicunya. Anak saya juga sering memakan chiki

4. Bagaimana keadaan anak anda pada dirumah?

= Anak saya aktif seperti anak seusianya, sering berkumpul dengan anak seusianya, peka terhadap apa yang ada disekitarnya. Anak saya juga lancar berbicara dengan anak seusianya. Namun anak saya cepat capek dan jatuh sakit ketika kelelahan karena bermain berlebihan. Untuk makanan yang dikonsumsinya higienis namun untuk nutrisinya saya tidak tau apakah sudah seimbang atau tidak

5. Apa saja makanan dan bekal yang anda siapkan untuk anak anda?

= Bekalnya berupa nasi, olahan ayam, telur dan buah semangka

6. Apakah anda mengetahui syarat makanan sehat?

= kurang tau pasti

7. Apakah menurut anda makanan yang anda berikan untuk anak anda sudah memenuhi kebutuhan gizi anak anda dan apakah anda menyajikan makanan anda secara higienis?

= Anak saya walaupun tidak sarapan pagi dirumah namun saya setiap hari membuatkan bekal kesekolah. Bekalnya berupa nasi, olahan ayam, telur dan buah semangka. Untuk kandungan gizinya saya tidak tau mengenai itu. Namun saya tetap menjaga kebersihan bekal anak saya

8. Apa dampak bagi kesehatan yang diharapkan orangtua ketika penerapan makanan sehat dijalankan?

=Program makanan sehat di sekolah sudah berjalan, namun anak saya belum

menunjukkan perubahan besar. Dia masih sering menolak sayuran dan lebih suka makanan ringan seperti biskuit atau keripik. Dampaknya, kebiasaan makan di rumah pun tidak banyak berubah, sehingga keseimbangan gizi yang diharapkan belum tercapai

9. Apa dampak dari penerapan makanan sehat yang telah diamati orang tua sejauh ini?

=Program makanan sehat di sekolah sudah berjalan, namun anak saya belum menunjukkan perubahan besar. Dia masih sering menolak sayuran dan lebih suka makanan ringan seperti biskuit atau keripik. Dampaknya, kebiasaan makan di rumah pun tidak banyak berubah, sehingga keseimbangan gizi yang diharapkan belum tercapai

#### PEDOMAN WAWANCARA ORANGTUA SISWA

Nama Sekolah: TK Yustikasari

Nama Anak: Ainun Ashari

Nama Responden/ Orang tua: Astuti (32)

Hari/ Tanggal: Kamis/ 19 September 2024

1. Bagaimana kondisi tinggi badan anak anda?

= Anak saya memiliki tinggi badan yang kurang ideal

2. Apakah tinggi badan tersebut sudah sesuai dengan anak usia 4-6 tahun?

= Anak saya memiliki tinggi badan yang kurang ideal di anak-anak sepeangkatannya, saya dan suami saya tidak memiliki genetik pendek namun anak saya kurang tinggi di usianya. Hal ini bisa saja dipengaruhi oleh makanan yang

dikonsumsinya dirumah maupun disekolah

3. Bagaimana keadaan rambut, kulit, dan kuku anak pada anak anda?

= Penerapan makanan sehat pada anak saya kurang maksimal dan itu juga berdampak kepada pertumbuhan rambut yang kurang maksimal (kurang lebat).

Keseimbangan nutrisi makanan juga berpengaruh. Anak saya kesulitan makan sayuran

4. Bagaimana keadaan anak anda pada dirumah?

= Makanan anak saya nutrisinya mungkin sudah terpenuhi dan higienis.

Kemampuan bergerak dan cara berbicaranya baik untuk seusianya. Anak saya juga aktif bermain dirumah namun lebih banyak menghabiskan waktu dengan HP. Dan juga, anak saya gampang jatuh sakit terkhusus pada waktu musim hujan

5. Apa saja makanan dan bekal yang anda siapkan untuk anak anda?

= bekal yang kaya akan karbohidrat dan protein

6. Apakah anda mengetahui syarat makanan sehat?

= yang kaya gizi

7. Apakah menurut anda ada makanan yang anda berikan untuk anak anda sudah memenuhi kebutuhan gizi anak anda dan apakah anda menyajikan makanan anda secara higienis?

= Anak saya pola makannya teratur, pada pagi hari dia sarapan terlebih dahulu.

Anak saya juga membawa bekal yang kaya akan karbohidrat dan protein.

Namun saya tidak tau mengenai jajanan apa saja yang telah dikonsumsi anak disekolah

8. Apa dampak bagi kesehatan yang diharapkan orangtua ketika penerapan makanan sehat dijalankan?

=Saya mengapresiasi upaya sekolah dalam mengenalkan makanan sehat, tetapi dampaknya masih kurang terasa. Anak saya belum terbiasa mengonsumsi buah dan sayur di sekolah, sehingga di rumah pun dia tetap sulit menerima makanan sehat. Ini menunjukkan bahwa pendekatan yang diterapkan mungkin belum cukup efektif untuk memengaruhi kebiasaan makan jangka panjang

9. Apa dampak dari penerapan makanan sehat yang telah diamati orang tua sejauh ini?

=Saya mengapresiasi upaya sekolah dalam mengenalkan makanan sehat, tetapi dampaknya masih kurang terasa. Anak saya belum terbiasa mengonsumsi buah dan sayur di sekolah, sehingga di rumah pun dia tetap sulit menerima makanan sehat. Ini menunjukkan bahwa pendekatan yang diterapkan mungkin belum cukup efektif untuk memengaruhi kebiasaan makan jangka panjang

#### PEDOMAN WAWANCARA ORANGTUA SISWA

Nama Sekolah: TK Yustikasari

Nama Anak: Naura Zalika Nirwan

Nama Responden/ Orang tua: Normawati (33)

Hari/ Tanggal: Senin/ 9 September 2024

1. Bagaimana kondisi tinggi badan anak anda?

= Naura memiliki tinggi badan yang kurang ideal

2. Apakah tinggi badan tersebut sudah sesuai dengan anak usia 4-6 tahun?

= memiliki tinggi badan yang kurang ideal. Mungkin bisa saja dipengaruhi pola makannya karena Naura kurang berminat makan sayuran. Dia senang makan nasi dan lauk tanpa sayur. Tapi pola makannya teratur 3 kali sehari

3. Bagaimana keadaan rambut, kulit, dan kuku anak pada anak anda?

= Anak saya sangat kesulitan untuk makan sayuran, pola makanannya terjaga namun kulitnya cenderung kusam. Hal ini mungkin dipengaruhi oleh jajanan yang tidak higienis yang luput dari pengawasan orang tua

4. Bagaimana keadaan anak anda pada dirumah?

= Kebutuhan anak saya terpenuhi namun anak saya suka makan mie instan. Dia aktif bergerak dan normal seperti anak seusianya. Tetapi, Naura lebih suka menghabiskan waktu dengan HP. Bahkan pada saat makan, dia nonton di HP nya

5. Apa saja makanan dan bekal yang anda siapkan untuk anak anda?

= nasi, sosis, telur

6. Apakah anda mengetahui syarat makanan sehat?

= kurang tau

7. Apakah menurut anda ada makanan yang anda berikan untuk anak anda sudah memenuhi kebutuhan gizi anak anda dan apakah anda menyajikan makanan anda secara higienis?

= Saya membiasakan anak saya makan dengan pola makan teratur, ketika pagi hari saya mempersiapkan bekal kesekolah berupa nasi, sosis, telur. Saya juga menjaga kebersihan makanan yang dimakan anak saya. Namun saya tidak tau mengenai jajanan apa saja yang dikonsumsi anak saya ketika disekolah. Saya

juga tidak mengetahui kandungan gizi dalam makanan anak saya. Anak saya kesulitan makan sayur dirumah

8. Apa dampak bagi kesehatan yang diharapkan orangtua ketika penerapan makanan sehat dijalankan?

=Saat program ini diperkenalkan, saya berharap anak saya menjadi lebih fokus saat belajar di kelas. Dengan asupan gizi yang baik, saya pikir konsentrasinya akan meningkat. Namun, kenyataannya anak saya masih sering mengeluh sulit berkonsentrasi, baik di sekolah maupun di rumah. Saya merasa makanan sehat yang diberikan di sekolah belum benar-benar berdampak pada perkembangan kognitifnya

9. Apa dampak dari penerapan makanan sehat yang telah diamati orang tua sejauh ini?

=Saat program ini diperkenalkan, saya berharap anak saya menjadi lebih fokus saat belajar di kelas. Dengan asupan gizi yang baik, saya pikir konsentrasinya akan meningkat. Namun, kenyataannya anak saya masih sering mengeluh sulit berkonsentrasi, baik di sekolah maupun di rumah. Saya merasa makanan sehat yang diberikan di sekolah belum benar-benar berdampak pada perkembangan kognitifnya

#### PEDOMAN WAWANCARA ORANGTUA SISWA

Nama Sekolah: TK Yustikasari

Nama Anak: Raihana Kharmyla Putri

Nama Responden/ Orang tua: Kasmawati (37)

Hari/ Tanggal: Senin/ 9 September 2024

1. Bagaimana kondisi tinggi badan anak anda?

= tinggi badan kurang ideal

2. Apakah tinggi badan tersebut sudah sesuai dengan anak usia 4-6 tahun?

= Pola makan anak saya teratur 3 kali sehari namun anak saya tidak suka sayuran. Ketika dirumah, saya harus memaksa anak saya untuk makan sayuran untuk mendapatkan tinggi badan yang ideal diusianya yang 5 tahun. Anak saya sekarang tinggi badannya kurang ideal

3. Bagaimana keadaan rambut, <sup>kulit</sup>, dan kuku anak pada anak anda?

= Jujur saya tidak terlalu memperhatikan makanan apa yang dimakan oleh anak saya diluar pengawasan saya, kondisi rambut, kulit dan kuku anak saya kurang saya perhatikan. Namun makanan yang sehat berpengaruh kepada kondisi rambut, kulit dan kuku

4. Bagaimana keadaan anak anda pada dirumah?

= Anak saya cenderung berdiam diri dirumah. Hal ini juga dipengaruhi oleh lingkungan. Di sekitar rumah sangat jarang ada anak seusianya jadi anak saya mungkin lebih senang berdiam diri dirumah. Walaupun dirumah, dia bergerak aktif secara normal sesuai dengan anak usianya. Anak saya lebih senang menghabiskan waktu dengan HP

5. Apa saja makanan dan bekal yang anda siapkan untuk anak anda?

= nasi, telur, nasi goreng instan, dan tempe/tahu

6. Apakah anda mengetahui syarat makanan sehat?

= tidak terlalu tau

7. Apakah menurut anda makanan yang anda berikan untuk anak anda sudah memenuhi kebutuhan gizi anak anda dan apakah anda menyajikan makanan anda secara higienis?

= Anak saya memakan makanan yang bersih. Anak saya tidak sarapan dirumah namun saya setiap hari membuatkan bekal. Bekalnya berupa nasi, telur, nasi goreng instan, dan tempe/tahu. Kandungan gizinya saya tidak terlalu tau. Namun kandungan karbohidratnya sudah pasti tinggi. Saya juga menjaga kebersihan makan anak saya. Kekurangan anak saya adalah malas makan sayur dan sering membeli makanan chiki

8. Apa dampak bagi kesehatan yang diharapkan orangtua ketika penerapan makanan sehat dijalankan?

=Saya berharap dengan adanya program ini, anak saya akan lebih jarang sakit karena makanannya lebih bergizi. Namun, kenyataannya dia masih sering sakit, terutama flu dan batuk. Meskipun sekolah sudah menyediakan makanan sehat, tampaknya penerapannya belum cukup kuat untuk memperbaiki daya tahan tubuhnya

9. Apa dampak dari penerapan makanan sehat yang telah diamati orang tua sejauh ini?

=Saya berharap dengan adanya program ini, anak saya akan lebih jarang sakit karena makanannya lebih bergizi. Namun, kenyataannya dia masih sering sakit, terutama flu dan batuk. Meskipun sekolah sudah menyediakan makanan sehat, tampaknya penerapannya belum cukup kuat untuk memperbaiki daya tahan tubuhnya

PEDOMAN WAWANCARA ORANGTUA SISWA
<p>Nama Sekolah: TK Yustikasari</p> <p>Nama Anak: Aisyah Syafiqah Huriah</p> <p>Nama Responden/ Orang tua: Nur Magfirah (30)</p> <p>Hari/ Tanggal: Senin/ 9 September 2024</p>
<p>1. Bagaimana kondisi tinggi badan anak anda?</p> <p>= kurang ideal diusia sepantarannya</p> <p>2. Apakah tinggi badan tersebut sudah sesuai dengan anak usia 4-6 tahun?</p> <p>= Anak saya selalu makan sayuran dirumah karena sayaselalu mengingatkannya untuk makan sayur. Pola makannya pun teratur sebanyak 3 kali sehari namun kondisi fisik anak saya kurang ideal diusia sepantarannya. Hal ini mungkin terkait dengan jajanan disekolah yang luput dari pengawasan orangtua</p> <p>3. Bagaimana keadaan rambut, kulit, dan kuku anak pada anak anda?</p> <p>= Pola makan anak saya terjaga 3 kali sehari, namun untuk nutrisinya saya kurang tau apakah sudah seimbang atau tidak. Untuk kondisi kuku anak saya kurang cerah, namun yang lainnya normal. Untuk bekal anak saya yaitu nasi, telur, dan mie goreng instan</p> <p>4. Bagaimana keadaan anak anda pada dirumah?</p> <p>= Anak saya cenderung aktif. Untuk makanannya saya tidak tahu apakah sudah terpenuhi gizinya atau tidak. Anak saya sering bermain dengan anak seusianya. Namun ada kebiasaan buruknya yaitu sangat sulit untuk diberi arahan. Contohnya ketika saya menyuruh dia mengambil sisir, dia sangat lama untuk memenuhi permintaan saya tersebut karena alasan malas bergerak</p>

5. Apa saja makanan dan bekal yang anda siapkan untuk anak anda?

= nasi, telur dadar, dan perkedel

6. Apakah anda mengetahui syarat makanan sehat?

= kurang tau

7. Apakah menurut anda makanan yang anda berikan untuk anak anda sudah memenuhi kebutuhan gizi anak anda dan apakah anda menyajikan makanan anda secara higienis?

= Anak saya sulit makan sayur namun saya biasakan setiap hari. Untuk kandungan nutrisi pada makanannya saya kurang tau. Bekalnya berupa nasi, telur dadar, dan perkedel. Kebersihan bekal yang dikonsumsi anak saya terjaga. Saya juga selalu memberi himbauan kepada anak saya untuk tidak membeli jajanan yang kurang sehat di sekolah

8. Apa dampak bagi kesehatan yang diharapkan orangtua ketika penerapan makanan sehat dijalankan?

= Saya berharap anak saya lebih antusias mencoba makanan baru seperti berbagai jenis sayuran dan buah yang disediakan di sekolah. Namun, yang terjadi adalah dia masih memilih-milih makanan dan lebih suka makan yang sudah dikenalnya. Program ini belum berhasil memperluas selera makannya seperti yang saya harapkan

9. Apa dampak dari penerapan makanan sehat yang telah diamati orang tua sejauh ini?

= Saya berharap anak saya lebih antusias mencoba makanan baru seperti berbagai jenis sayuran dan buah yang disediakan di sekolah. Namun, yang

terjadi adalah dia masih memilih-milih makanan dan lebih suka makan yang sudah dikenalnya. Program ini belum berhasil memperluas selera makannya seperti yang saya harapkan

#### PEDOMAN WAWANCARA ORANGTUA SISWA

Nama Sekolah: TK Yustikasari

Nama Anak: Safwa Zahirah

Nama Responden/ Orang tua: Syahriani (30)

Hari/ Tanggal: Senin/ 9 September 2024

1. Bagaimana kondisi tinggi badan anak anda?

= kurang ideal

2. Apakah tinggi badan tersebut sudah sesuai dengan anak usia 4-6 tahun?

= kurang ideal

3. Bagaimana keadaan rambut, kulit, dan kuku anak pada anak anda?

= Makanan terkhusus bekal anak saya nutrisinya menurut saya baik namun, saya tidak tau tentang jajanan yang dikonsumsi disekolah. Untuk kondisi rambut anak saya baik, namun kulit kurang cerah, kukunya dalam kondisi bagus begitupun dengan rambut

4. Bagaimana keadaan anak anda pada dirumah?

= Anak saya cenderung pendiam untuk anak seusianya namun masih dalam kadar normal. Karakter anak saya memang pendiam. Anak saya sangat senang menghabiskan waktu dengan HP nya. Walaupun demikian, anak saya sering berkumpul dirumah dengan anak tetangga lainnya yang seusianya

5. Apa saja makanan dan bekal yang anda siapkan untuk anak anda?

= nasi dan olahan ayam, tahu tempe

6. Apakah anda mengetahui syarat makanan sehat?

= kurang tau

7. Apakah menurut anda makanan yang anda berikan untuk anak anda sudah memenuhi kebutuhan gizi anak anda dan apakah anda menyajikan makanan anda secara higienis?

= Adapun kandungan nutrisi pada makanan anak saya, saya kurang tahu. Tetapi untuk kebersihan anak saya pasti saya memperhatikannya dan saya sering memberitahu anak saya agar tidak membeli jajanan yang kurang sehat karena tidak baik untuk masa pertumbuhan. Untuk pola makan anak saya terjaga 3 kali sehari. Untuk bekalnya berupa nasi dan olahan ayam, tahu tempe. Anak saya sangat kesulitan untuk makan sayur jadi saya setiap hari memberi pengertian kepada anak saya pentingnya mengonsumsi sayuran

8. Apa dampak bagi kesehatan yang diharapkan orangtua ketika penerapan makanan sehat dijalankan?

=Dampak yang saya harapkan dari program makanan sehat ini adalah anak saya tumbuh lebih kuat dan bugar. Namun, saya belum melihat perubahan yang signifikan. Dia masih sering mengeluh cepat lelah setelah bermain di sekolah. Saya rasa program ini belum maksimal dalam memberikan nutrisi yang cukup untuk mendukung pertumbuhannya

9. Apa dampak dari penerapan makanan sehat yang telah diamati orang tua sejauh ini?

=Dampak yang saya harapkan dari program makanan sehat ini adalah anak saya tumbuh lebih kuat dan bugar. Namun, saya belum melihat perubahan yang signifikan. Dia masih sering mengeluh cepat lelah setelah bermain di sekolah. Saya rasa program ini belum maksimal dalam memberikan nutrisi yang cukup untuk mendukung pertumbuhannya

#### PEDOMAN WAWANCARA ORANGTUA SISWA

Nama Sekolah: TK Yustikasari

Nama Anak: Sabrina

Nama Responden/ Orang tua: Kumalasari (30)

Hari/ Tanggal: Selasa/ 10 September 2024

1. Bagaimana kondisi tinggi badan anak anda?

= kurang ideal

2. Apakah tinggi badan tersebut sudah sesuai dengan anak usia 4-6 tahun?

= kurang ideal

3. Bagaimana keadaan rambut, kulit, dan kuku anak pada anak anda?

= Untuk makanan yang dikonsumsi anak saya nutrisinya kurang saya ketahui namun menurut saya higienis. Pola makan terjaga namun kesulitan makan sayur. Untuk kondisi rambutnya kurang lebat, kukunya bersih, dan kondisi kulitnya bagus

4. Bagaimana keadaan anak anda pada dirumah?

= Anak saya kebiasaannya normal seperti anak yang lainnya. Saya sering melihat anak saya bermain dengan anak usianya diteras rumah. Anak saya aktif

bermain. Untuk makanan anak saya menurut saya gizinya tercukupi. Kebiasaan anak saya cenderung memakan jajanan chiki

5. Apa saja makanan dan bekal yang anda siapkan untuk anak anda?

= membuatnya nasi, perkedel, dan tempe. Sesekali saya juga merubah makannya agar tidak bosan

6. Apakah anda mengetahui syarat makanan sehat?

= kurang tau

7. Apakah menurut anda makanan yang anda berikan untuk anak anda sudah memenuhi kebutuhan gizi anak anda dan apakah anda menyajikan makanan anda secara higienis?

= Anak saya pola makannya teratur namun masih sulit makan sayur. Untuk bekalnya saya sering membuatnya nasi, perkedel, dan tempe. Sesekali saya juga merubah makannya agar tidak bosan. Untuk kandungan nutrisi pada makanannya saya kurang tahu. Saya sering menghimbau agar tidak membeli jajanan kurang sehat disekolah. Saya juga selalu menjaga kebersihan makanan anak saya agar terhindar dari penyakit

8. Apa dampak bagi kesehatan yang diharapkan orangtua ketika penerapan makanan sehat dijalankan?

=Saya membayangkan dengan program makanan sehat di sekolah, anak saya akan lebih aktif dan ceria karena tubuhnya lebih sehat. Tapi kenyataannya, dia masih sering lesu, terutama di pagi hari sebelum sekolah. Meskipun di sekolah disediakan makanan sehat, tampaknya belum cukup berdampak pada kebugarannya

9. Apa dampak dari penerapan makanan sehat yang telah diamati orang tua sejauh ini?

=Saya membayangkan dengan program makanan sehat di sekolah, anak saya akan lebih aktif dan ceria karena tubuhnya lebih sehat. Tapi kenyataannya, dia masih sering lesu, terutama di pagi hari sebelum sekolah. Meskipun di sekolah disediakan makanan sehat, tampaknya belum cukup berdampak pada kebugarannya

#### PEDOMAN WAWANCARA ORANGTUA SISWA

Nama Sekolah: TK Yustikasari

Nama Anak: Dasilva Balqish

Nama Responden/ Orang tua: Novitasari (29)

Hari/ Tanggal: Selasa/ 10 September 2024

1. Bagaimana kondisi tinggi badan anak anda?

= kurang ideal

2. Apakah tinggi badan tersebut sudah sesuai dengan anak usia 4-6 tahun?

= Tinggi badan anak saya kurang ideal bisa saja hal ini dipengaruhi oleh kebiasaan anak saya yang suka cemilan chiki dan makanan yang kurang bergizi, walaupun pola makan anak saya terjaga tiga kali sehari

3. Bagaimana keadaan rambut, kulit, dan kuku anak pada anak anda?

= Makanan atau bekal anak saya adalah nasi, telur, tempe, dan mie instan.

Untuk nutrisinya saya tidak tau seimbang atau tidak. Kondisi rambut anak saya cenderung kurang lebat dibandingkan dengan anak yang lainnya, kondisi

kukunya bagus, serta kulitnya bagus

4. Bagaimana keadaan anak anda pada dirumah?

= Anak saya aktif sesuai umurnya, berbicaranya juga lancar serta cekatan melakukan sesuatu kepada orang-orang terdekatnya. Anak saya sangat mudah berteman dengan anak usianya. Namun ketika diberikan arahan tentang sesuatu, ia cenderung lama untuk merespon

5. Apa saja makanan dan bekal yang anda siapkan untuk anak anda?

= nasi, tempe, olahan ayam dan mie instan

6. Apakah anda mengetahui syarat makanan sehat?

= kurang tau

7. Apakah menurut anda makanan yang anda berikan untuk anak anda sudah memenuhi kebutuhan gizi anak anda dan apakah anda menyajikan makanan anda secara higienis?

= Saya setiap hari membuat bekal anak saya berupa nasi, tempe, olahan ayam dan mie instan. Untuk nilai kandungan gizi saya kurang tau namun saya selalu menjaga kebersihan makanan untuk anak saya agar terhindar dari penyakit. Untuk jajanan disekolah saya kurang memperhatikan apa yang dikonsumsi anak saya

8. Apa dampak bagi kesehatan yang diharapkan orangtua ketika penerapan makanan sehat dijalankan?

= Saya berharap penerapan makanan sehat di TK Yustikarini bisa membantu mengurangi ketergantungan anak saya pada makanan cepat saji. Saya berharap dia mulai menolak junk food dan lebih memilih makanan sehat. Namun, yang

terjadi justru sebaliknya. Setiap akhir pekan, dia masih meminta pizza atau burger. Kebiasaan makan yang saya harapkan belum sepenuhnya terbentuk

9. Apa dampak dari penerapan makanan sehat yang telah diamati orang tua sejauh ini?

=Saya berharap penerapan makanan sehat di TK Yustikarini bisa membantu mengurangi ketergantungan anak saya pada makanan cepat saji. Saya berharap dia mulai menolak junk food dan lebih memilih makanan sehat. Namun, yang terjadi justru sebaliknya. Setiap akhir pekan, dia masih meminta pizza atau burger. Kebiasaan makan yang saya harapkan belum sepenuhnya terbentuk

#### PEDOMAN WAWANCARA ORANGTUA SISWA

Nama Sekolah: TK Yustikasari

Nama Anak: Kayla Az-zahra

Nama Responden/ Orang tua: Herlina (42)

Hari/ Tanggal: Rabu/ 11 September 2024

1. Bagaimana kondisi tinggi badan anak anda?

= Anak saya tinggi badannya kurang maksimal diusia 5 tahun

2. Apakah tinggi badan tersebut sudah sesuai dengan anak usia 4-6 tahun?

= Anak saya tinggi badannya kurang maksimal diusia 5 tahun. Hal ini mungkin disebabkan oleh makanan yang kurang bergizi dan kurang suka makan sayur.

Hal ini sangat mengkhawatirkan karena bisa saja mengganggu kesehatannya

3. Bagaimana keadaan rambut, kulit, dan kuku anak pada anak anda?

= Bekal untuk anak saya menurut saya baik. Namun untuk kebutuhan nutrisinya

saya tidak tau sudah baik atau tidak. Kondisi rambut anak saya kurang lebat, dan kondisi kukunya tidak cerah namun kondisi kulitnya normal. Hal ini mungkin karena saya kurang memperhatikan asupan nutrisi makanannya

4. Bagaimana keadaan anak anda pada dirumah?

= Anak saya cenderung aktif beraktifitas dengan lingkungannya, namun dia agak kesulitan belajar mengenali angka. Untuk perkembangannya, dia cenderung lambat dibandingkan anak seusianya untuk pembelajaran angka.

5. Apa saja makanan dan bekal yang anda siapkan untuk anak anda?

= telur, olahan ayam, dan tahu/tempe, sesekali juga saya berikan semangka untuk pencuci mulut

6. Apakah anda mengetahui syarat makanan sehat?

= kurang tau

7. Apakah menurut anda makanan yang anda berikan untuk anak anda sudah memenuhi kebutuhan gizi anak anda dan apakah anda menyajikan makanan anda secara higienis?

= Saya setiap hari membuat bekal untuk anak saya disekolah. Lauknya berupa telur, olahan ayam, dan tahu/tempe, sesekali juga saya berikan semangka untuk pencuci mulut. Untuk pola makannya teratur dan saya memperhatikan kebersihan makanan anak saya dan selalu memberi arahan untuk tidak membeli jajanan yang kurang sehat. Untuk kandungan nutrisi dalam makanan yang dikonsumsi anak saya, saya kurang tau

8. Apa dampak bagi kesehatan yang diharapkan orangtua ketika penerapan makanan sehat dijalankan?

=Dampak yang diharapkan dari program makanan sehat adalah anak saya memiliki energi yang lebih stabil sepanjang hari. Saya berharap dia bisa bermain lebih lama tanpa cepat lelah. Namun, yang terjadi adalah anak saya masih cepat kehabisan tenaga, terutama di sore hari. Saya rasa asupan makanan sehat di sekolah belum benar-benar memengaruhi stamina dan kesehatannya

9. Apa dampak dari penerapan makanan sehat yang telah diamati orang tua sejauh ini?

=Dampak yang diharapkan dari program makanan sehat adalah anak saya memiliki energi yang lebih stabil sepanjang hari. Saya berharap dia bisa bermain lebih lama tanpa cepat lelah. Namun, yang terjadi adalah anak saya masih cepat kehabisan tenaga, terutama di sore hari. Saya rasa asupan makanan sehat di sekolah belum benar-benar memengaruhi stamina dan kesehatannya

#### Lampiran 4. Dokumentasi Penelitian



Gambar 1. Kegiatan Makan Bersama Anak Kelompok A TK Yustikarini (1)



Gambar 2. Kegiatan Edukasi Makanan Sehat Anak Kelompok A TK Yustikarini



Gambar 3. Wawancara Guru TK Yustikarini (1)



**Gambar 4. Kegiatan Makan Bersama Anak Kelompok A TK Yustikarini (2)**



**Gambar 5. Kegiatan Makan Bersama Anak Kelompok A TK Yustikarini (3)**



**Gambar 6. Wawancara Guru TK Yustikarini (2)**



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAKASSAR  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
PRODI PENDIDIKAN GURU PENDIDIKAN ANAK USIA DINI

Jalan Sultan Alauddin No. 25 Makassar  
Telp : 0411-860837/860132 (Fax)  
Email : fkip@unismuh.ac.id  
Web : www.fkip.unismuh.ac.id

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

**KARTU KONTROL BIMBINGAN SKRIPSI**

Nama : Febryanti Mifthahul Jannah Yusuf  
Nim : 105451101820  
Program Studi : Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini  
Judul Proposal : Penerapan Makanan Sehat dan Bergizi Terhadap Kesehatan Tubuh Pada Anak Kelompok A di TK Yustikarini Kecamatan Bantaeng, Kabupaten Bantaeng.  
Pembimbing : 1. Dr. Andi Paidi, M.Pd  
2. M. Yusran Rahmat, S.Pd., M.Pd

No	Hari/Tanggal	Uraian Perbaikan	Tanda Tangan
①	Senin/2 sept 2024	→ Perhatikan pendahuluan dan rumusan masalah → Jambakhanan Itri di Bab 2	
②	Jumat/6 sept 2024	→ Perbaiki halaman dan. Disposisi danolitan →. Perhatikan Bagian akhir rumusan	

**Catatan** : Mahasiswa dapat mengikuti Seminar Skripsi jika telah melakukan pembimbingan minimal 3 (tiga) kali dan skripsi telah disetujui kedua pembimbing.

Ketua Prodi  
Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini

**Dr. Tasrif Akib, S.Pd, M.Pd**  
NBM: 951830



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAKASSAR  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
PRODI PENDIDIKAN GURU PENDIDIKAN ANAK USIA DINI

Jalan Sultan Alauddin No. 299A  
Telp: 0411 860817/860932/0409  
Email: fkip@umuh.ac.id  
Web: www.fkip.umuh.ac.id

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

**KARTU KONTROL BIMBINGAN SKRIPSI**

Nama : Febryanti Mifhahul Jannah Yusuf  
Nim : 105451101820  
Program Studi : Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini  
Judul Proposal : Penerapan Makanan Sehat dan Bergizi Terhadap Kesehatan Tubuh Pada Anak Kelompok A di TK Yustikarini Kecamatan Bantaeng, Kabupaten Bantaeng.  
Pembimbing : 1. Dr. Andi Paidi, M.Pd  
2. M. Yusran Rahmat, S.Pd., M.Pd

No	Hari/Tanggal	Uraian Perbaikan	Tanda Tangan
(3)	Rabu/11 Sept 2024	→ Pengalasan dan penulisan → Daftar pustaka Menggunakan mahliday	
(4)	Senin/16 Sept 2024	→ Dokumentasi tambahan keterangan	
(5)	Senin/16 Sept	→ Ace Grip Untuk Ujung Suntik	

**Catatan :** Mahasiswa dapat mengikuti Seminar Skripsi jika telah melakukan pembimbingan minimal 3 (tiga) kali dan skripsi telah disetujui kedua pembimbing.

Ketua Prodi  
Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini

**Dr. Tasrif Akib, S.Pd, M.Pd**  
NBM: 951830



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAKASSAR  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
PRODI PENDIDIKAN GURU PENDIDIKAN ANAK USIA DINI

Jalan Sultan Hasanudin No. 2105, Makassar  
Telp. 0411 860037, 860172 (KAS)  
Email: dapo@umma.ac.id  
Web: www.dapo.umma.ac.id

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

**KARTU KONTROL BIMBINGAN SKRIPSI**

Nama : Febryanti Mifthahul Jannah Yusuf  
Nim : 105451101820  
Program Studi : Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini  
Judul Proposal : Penerapan Makanan Sehat Dan Bergizi Terhadap Kesehatan Tubuh Pada Anak Kelompok A di TK Yustikarini Kecamatan Bantaeng Kabupaten Bantaeng  
Pembimbing : 1. Dr. Andi Paida, M.Pd  
2. M. Yusran Rahmat, S.Pd., M.Pd

No	Hari/Tanggal	Uraian Perbaikan	Tanda Tangan
1.	Senin, 30/9/24	- Pada hasil penulisan data hasil wawancara lebih detail dan dirapikan. - Perbaikan sebanyak pada data hasil penulisan. - Campuran hasil data penulisan.	
2.	Kabu, 7/10/24	- Tambahkan pemeliharaan - Sebariskan data hasil penulisan. - <del>Sebariskan pemeliharaan</del> Abstrak	

**Catatan :** Mahasiswa dapat mengikuti Seminar Proposal jika telah melakukan pembimbingan minimal 3 (tiga) kali dan proposal telah disetujui kedua pembimbing.

Ketua Prodi  
Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini

Tasrif Akib, S.Pd, M.Pd  
NBM: 951830



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAKASSAR  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
PRODI PENDIDIKAN GURU PENDIDIKAN ANAK USIA DINI

Alamat: Jalan Alauddin No. 299 Makassar  
Telp: (0411) 268077/260132 (Kantor)  
Email: fkip@umam.ac.id  
Web: www.fkip.umam.ac.id

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

**KARTU KONTROL BIMBINGAN SKRIPSI**

Nama : Febryanti Mifhahul Jannah Yusuf  
Nim : 105451101820  
Program Studi : Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini  
Judul Proposal : Penerapan Makanan Sehat dan Begizi Terhadap Kesehatan Tubuh Pada Anak Kelompok A di TK Yustikarini Kecamatan Bantaeng Kabupaten Bantaeng  
Pembimbing : 1. Dr. Andi Paida, M.Pd  
2. M. Yusran Rahmat, S.Pd., M.Pd

No	Hari/Tanggal	Uraian Perbaikan	Tanda Tangan
3.	Senin 2/10/21	- Cawurikan sumber data penelitian. - Simpulan. Seharusnya pembaharuan DP - Seharusnya Catatan.	
4.	Kamis 29/10/21	- ACR Uraian Skripsi	

Catatan : Mahasiswa dapat mengikuti Seminar Proposal jika telah melakukan pembimbingan minimal 3 (tiga) kali dan proposal telah disetujui kedua pembimbing.

Ketua Prodi  
Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini

Tasrif Akib, S.Pd, M.Pd  
NBM: 951830



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI PIMPINAN PUSAT MUHAMMADIYAH  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAKASSAR

LEMBAGA PENELITIAN PENGEMBANGAN DAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT  
Jl. Sultan Alauddin No. 259 Telp.0866972 Fax (0411)865588 Makassar 90221 e-mail :lp3m@unismuh.ac.id

Nomor : 4736/05/C.4-VIII/VIII/1445/2024

02 August 2024 M

Lamp : 1 (satu) Rangkap Proposal

27 Muharram 1446

Hal : Permohonan Izin Penelitian

Kepada Yth,

Bapak Gubernur Prov. Sul-Sel

Cq. Kepala Dinas Penanaman Modal & PTSP Provinsi Sulawesi Selatan  
di -

Makassar

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Berdasarkan surat Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Makassar, nomor: 16736/FKIP/A.4-II/VII/1446/2024 tanggal 31 Juli 2024, menerangkan bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini :

Nama : FEBRYANTI MIFTHAHUL JANNAH YUSUF

No. Stambuk : 10545 1101820

Fakultas : Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Jurusan : Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini

Pekerjaan : Mahasiswa

Bermaksud melaksanakan penelitian/pengumpulan data dalam rangka penulisan Skripsi dengan judul :

**"PENERAPAN MAKANAN SEHAT DAN BERGIZI TERHADAP KESEHATAN TUBUH PADA ANAK KELOMPOK A DI TK YUSTIKARINI KECAMATAN BANTAENG KABUPATEN BANTAENG"**

Yang akan dilaksanakan dari tanggal 6 Agustus 2024 s/d 6 Oktober 2024.

Sehubungan dengan maksud di atas, kiranya Mahasiswa tersebut diberikan izin untuk melakukan penelitian sesuai ketentuan yang berlaku.

Demikian, atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan Jazakumulahu khaeran.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



Dr. Muh. Arief Muhsin, M.Pd.

NBM 1127761



**PEMERINTAH PROVINSI SULAWESI SELATAN**  
**DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU**

Jl. Bougenville No.5 Telp. (0411) 441077 Fax. (0411) 448936  
 Website : <http://simap-new.sulselprov.go.id> Email : [ptsp@sulselprov.go.id](mailto:ptsp@sulselprov.go.id)  
 Makassar 90231

Nomor	: 21043/S.01/PTSP/2024	Kepada Yth.
Lampiran	: -	Bupati Bantaeng
Perihal	: <u>izin penelitian</u>	

di-  
Tempat

Berdasarkan surat Ketua LP3M UNISMUH Makassar Nomor : 4736/5/C.4-VIII/VIII/1445/2024 tanggal 02 Agustus 2024 perihal tersebut diatas, mahasiswa/peneliti dibawah ini:

N a m a	: FEBRYANTI MIFTHAHUL JANNAH YUSUF
Nomor Pokok	: 105451101820
Program Studi	: Pend. Guru Pendidikan Anak Usia Dini
Pekerjaan/Lembaga	: Mahasiswa (S1)
Alamat	: Jl. Alt Alauddin No. 259, Makassar

PROVINSI SULAWESI SELATAN

Bermaksud untuk melakukan penelitian di daerah/kantor saudara dalam rangka menyusun SKRIPSI, dengan judul :

**" PENERAPAN MAKANAN SEHAT DAN BERGIZI TERDAHAP KESEHATAN TUBUH PADA ANAK KELOMPOK A DI TK YUSTIKARINI KECAMATAN BANTAENG, KABUPATEN BANTAENG "**

Yang akan dilaksanakan dari : Tgl. **07 Agustus s/d 06 Oktober 2024**

Sehubungan dengan hal tersebut diatas, pada prinsipnya kami *menyetujui* kegiatan dimaksud dengan ketentuan yang tertera di belakang surat izin penelitian.

Demikian Surat Keterangan ini diberikan agar dipergunakan sebagaimana mestinya.

Diterbitkan di Makassar  
 Pada Tanggal 07 Agustus 2024

KEPALA DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU  
 SATU PINTU PROVINSI SULAWESI SELATAN



**ASRUL SANI, S.H., M.Si.**  
 Pangkat : PEMBINA TINGKAT I  
 Nip : 19750321 200312 1 008

Tembusan Yth  
 1. Ketua LP3M UNISMUH Makassar di Makassar,  
 2. *Pertinggal.*



**PEMERINTAH KABUPATEN BANTAENG  
DINAS PENANAMAN MODAL DAN PTSP**

Alamat : Jl. Kartini No 2, Kab. Bantaeng, email : [dpmptsp.bantaengkab@gmail.com](mailto:dpmptsp.bantaengkab@gmail.com), website : [dpmptsp.bantaengkab.go.id](http://dpmptsp.bantaengkab.go.id)

**SURAT KETERANGAN PENELITIAN**

NOMOR : 500.16.7/206/SKP/DPM-PTSP

**DASAR HUKUM :**

1. Undang-Undang Nomor 11 Tahun 2019 tentang Sistem Nasional Ilmu Pengetahuan dan Teknologi;
2. Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 3 Tahun 2018 tentang Penerbitan Surat Keterangan Penelitian;
3. Peraturan Bupati Bantaeng Nomor 22 Tahun 2022 tentang Pendelegasian Kewenangan Penyelenggaraan Perizinan Berusaha dan Non Berusaha Kepada Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Kabupaten Bantaeng.

**MEMBERIKAN IZIN KEPADA**

Nama	: FEBRYANTI MIFTHAHUL JANNAH YUSUF
Jenis Kelamin	: Perempuan
N I M	: 105451101820
No. KTP	: 7303016302020002
Program Studi	: Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini
Pekerjaan	: Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Makassar
Alamat	: BTN Tamarunang Blok E/No 7 Kel. Mallilingi Kec. Bantaeng Kab. Bantaeng

Bermaksud mengadakan Penelitian dalam rangka penulisan Skripsi dengan Judul :  
" Penerapan Makanan Sehat dan Bergizi Terhadap Kesehatan Tubuh Pada Anak Kelompok A di TK Yustikarini Kecamatan Bantaeng Kabupaten Bantaeng "

Lokasi Penelitian	: TK Yustikarini Kecamatan Bantaeng Kabupaten Bantaeng
Lama Penelitian	: 07 Agustus 2024 s.d. 06 Oktober 2024

Sehubungan dengan hal tersebut diatas pada prinsipnya kami dapat *menyetujui* kegiatan dimaksud dengan ketentuan :

1. Sebelum dan sesudahnya melaksanakan kegiatan, yang bersangkutan harus melapor kepada Pemerintah setempat;
2. Penelitian tidak menyimpang dari Izin yang diberikan;
3. Mentaati semua peraturan Perundang-undangan yang berlaku dan mengindahkan adat- istiadat Daerah setempat;
4. Menyerahkan 1 (satu) exemplar copy hasil Penelitian kepada Bupati Bantaeng Cq. Kepala Badan Kesatuan Bangsa, Politik dan Perlindungan Masyarakat Kab. Bantaeng;
5. Surat Izin akan dicabut kembali dan dinyatakan tidak berlaku apabila ternyata pemegang Surat Izin tidak mentaati ketentuan-ketentuan tersebut di atas.

Demikian surat keterangan ini diberikan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Diterbitkan di Kabupaten Bantaeng  
Pada tanggal : 04 Oktober 2024

**a.n. BUPATI BANTAENG**

Dinas Penanaman Modal dan PTSP



**YOHANIS PHR ROMUTI, S.I.P**  
Pangkat : Pembina TK.I, IV/b



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAKASSAR  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
PRODI PENDIDIKAN GURU PENDIDIKAN ANAK USIA DINI

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

### KONTROL PELAKSANAAN PENELITIAN

Nama : Febryanti Mifthahul Jannah Yusuf  
NIM : 105451101820  
Judul Penelitian : Penerapan Makanan Sehat dan Bergizi Terhadap Kesehatan Tubuh Pada Anak Kelompok A di TK Yustikarini Kecamatan Bantaeng, Kabupaten Bantaeng.  
Tanggal Ujian Proposal : 9 Juli 2024

Pelaksanaan Kegiatan Penelitian :

No.	Tanggal	Kegiatan	Paraf Guru
1.	2 September 2024	Persuratan ke TK Yustikarini Kecamatan Bantaeng Kabupaten Bantaeng	
2.	3 September 2024	Melakukan <i>Penelitian</i>	
3.	5 September 2024	Mengobservasi kondisi fisik anak kelompok A	
4.	6 September 2024	Wawancara guru	
5.	7 September 2024	Wawancara orang tua siswa kelompok A	
6.	9 September 2024	<i>Treatment</i> di kelompok A, Pemberian makanan sehat	
7.	12 September 2024	Persuratan Selesaiannya Penelitian	

Bantaeng, 28 Oktober 2024  
Kepala TK Yustikarini Kec.Bantaeng,  
Kab.Bantaeng

  
Nurhikmah, S.Pd.  
NIP. 197704122006042027



| Terakreditasi Institusi



**JEJAK PEMBELAJARAN**

JURNAL PENGEMBANGAN PENDIDIKAN

**LETTER OF ACCEPTANCE  
FOR SCIENTIFIC ARTICLES PUBLICATION**

No. 10/JPP/LoA/11-VIII/2024

Chief of Editor Jejak Pembelajaran: Jurnal Pengembangan Pendidikan (JPP) has decided that the name article below has been accepted on JPP and will be published in Vol 8 No 11 2024.

Author : Febryanti Mifthahul Jannah Yusuf<sup>1</sup>, Andi Paida<sup>2</sup>, M.Yusran  
Rahmat<sup>3</sup>  
Affiliation : Universitas Muhammadiyah Makassar  
Title : **PENERAPAN MAKANAN SEHAT DAN BERGIZI TERHADAP KESEHATAN  
TUBUH PADA ANAK KELOMPOK A DI TK YUSTIKARINI, KECAMATAN  
BANTAENG, KABUPATEN BANTAENG**  
URL : <https://jurnalhost.com/index.php/jpp/index>

Thank you for submitting your article to our journal. We wish you all possible success in the future.

Warm regards,



**Ahmad Malik**  
Jejak Pembelajaran:  
Jurnal Pengembangan Pendidikan  
Chief Editor





**MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI PIMPINAN PUSAT MUHAMMADIYAH  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAKASSAR  
UPT PERPUSTAKAAN DAN PENERBITAN**

Alamat kantor: Jl.Sultan Alauddin NO.259 Makassar 90221 Tlp (0411) 866972,881593, Fax (0411) 865588

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

**SURAT KETERANGAN BEBAS PLAGIAT**

UPT Perpustakaan dan Penerbitan Universitas Muhammadiyah Makassar,  
Menerangkan bahwa mahasiswa yang tersebut namanya di bawah ini:

Nama : Febryanti Mifliahul Jannah Yusuf

Nim : 105451101820

Program Studi : Pendidikan Guru (Pendidikan Anak Usia Dini)

Dengan nilai:

No	Bab	Nilai	Ambang Batas
1	Bab 1	10 %	10 %
2	Bab 2	25 %	25 %
3	Bab 3	10 %	10 %
4	Bab 4	8 %	10 %
5	Bab 5	5 %	5 %

Dinyatakan telah lulus cek plagiat yang diadakan oleh UPT- Perpustakaan dan Penerbitan Universitas Muhammadiyah Makassar Menggunakan Aplikasi Turnitin.

Demikian surat keterangan ini diberikan kepada yang bersangkutan untuk dipergunakan seperlunya.

Makassar, 13 November 2024

Mengetahui,

Kepala UPT- Perpustakaan dan Penerbitan,



Febryanti Mifthahul Jannah Yusuf 105451101820 BAB I

ORIGINALITY

10% LULUS

SIMILARITY INDEX

turnitin

10%

INTERNET SOURCES

6%

PUBLICATIONS

7%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1

repository.um-surabaya.ac.id  
Internet Source

3%

2

123dok.com  
Internet Source

2%

3

Submitted to Universitas Muhammadiyah  
Buton  
Student Paper

2%

4

etheses.uinmataram.ac.id  
Internet Source

2%

5

docplayer.info  
Internet Source

2%

Exclude quotes  On

Exclude matches  < 2%

Exclude bibliography  On

## Febryanti Mifthahul Jannah Yusuf 105451101820 BAB II

ORIGINALITY REPORT



PRIMARY SOURCES

Rank	Source	Percentage
1	repository.stpb.ac.id Internet Source	3%
2	repository.umj.ac.id Internet Source	3%
3	digilib.esaunggul.ac.id Internet Source	3%
4	khidmah.ikestmp.ac.id Internet Source	3%
5	obsesi.or.id Internet Source	2%
6	see-edge.xyz Internet Source	2%
7	journal.unnes.ac.id Internet Source	2%
8	qdoc.tips Internet Source	2%
9	repository.stikesdrsoebandi.ac.id Internet Source	2%

10 repository.umi.ac.id 2%  
Internet Source

11 repository.uinfasbengkulu.ac.id 2%  
Internet Source

Exclude quotes On Exclude matches < 2%  
Exclude bibliography On



Febryanti Mifthahul Jannah Yusuf 105451101820 BAB III

ORIGINALITY REPORT

100%  
LULUS

SIMILARITY INDEX

10%

INTERNET SOURCES

0%

PUBLICATIONS

2%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	<a href="http://idr.uin-antasari.ac.id">idr.uin-antasari.ac.id</a> Internet Source	4%
2	<a href="http://repository.unwira.ac.id">repository.unwira.ac.id</a> Internet Source	3%
3	<a href="http://eprints.uny.ac.id">eprints.uny.ac.id</a> Internet Source	3%

Exclude quotes

On

Exclude matches

< 2%

Exclude bibliography

On

UPT PERPUSTAKAAN DAN PENERBITAN

Febryanti Mifthahul Jannah Yusuf 105451101820 BAB IV

ORIGINALITY REPORT

8%

SIMILARITY INDEX



8%

INTERNET SOURCES

2%

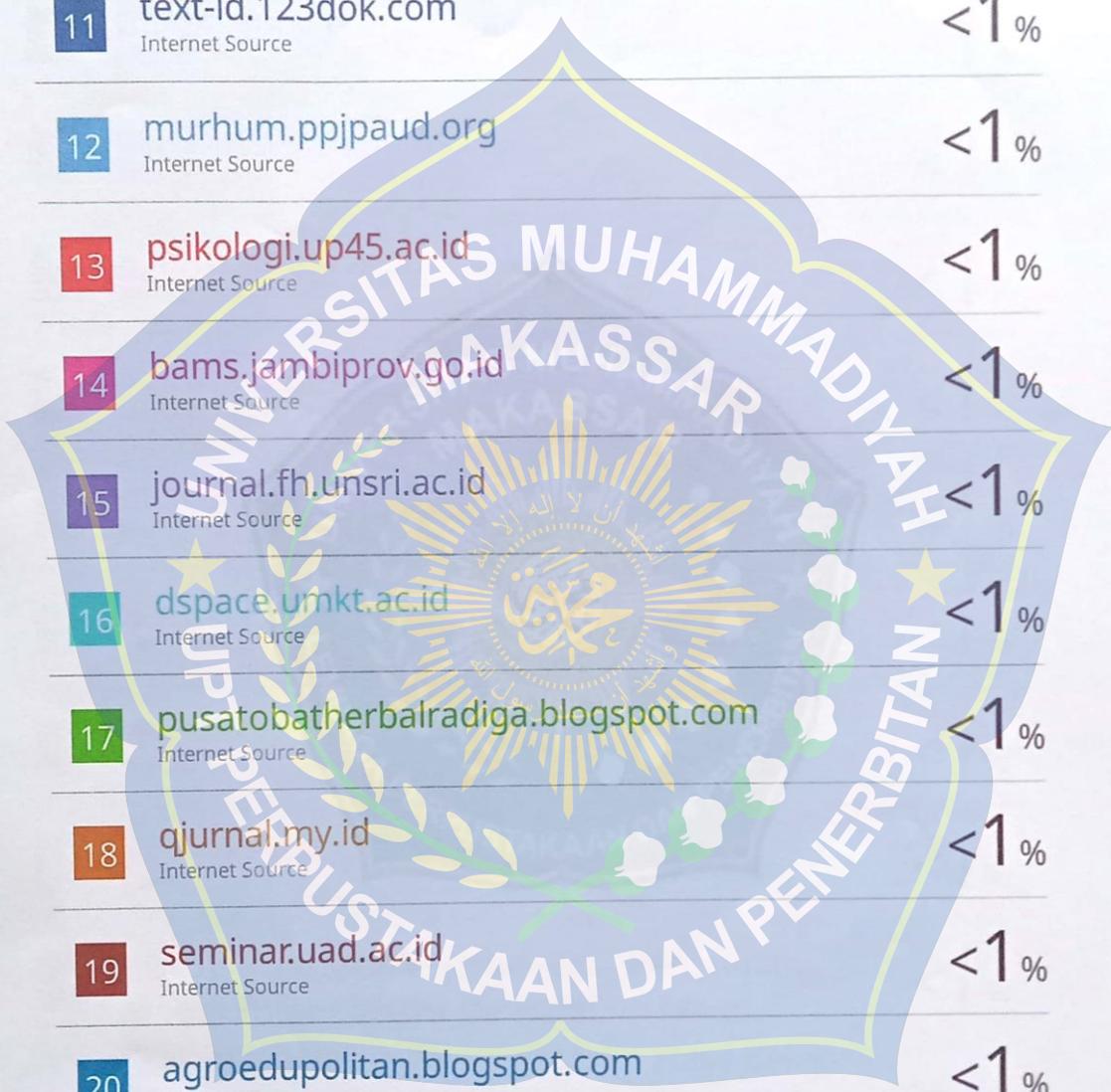
PUBLICATIONS

2%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

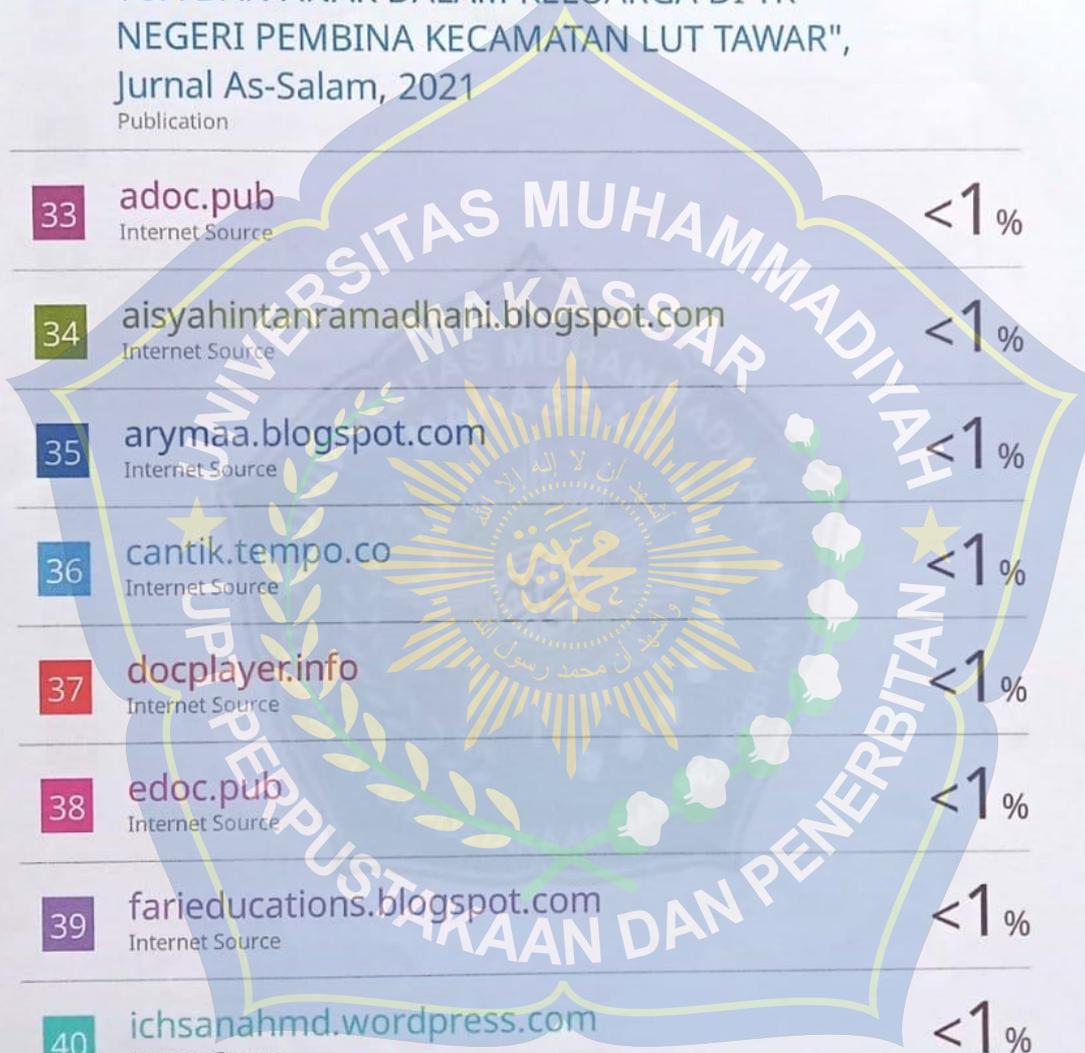
1	<a href="http://suredc.blogspot.com">suredc.blogspot.com</a> Internet Source	1%
2	<a href="http://repository.uhamka.ac.id">repository.uhamka.ac.id</a> Internet Source	1%
3	<a href="http://ecampus.iainbatusangkar.ac.id">ecampus.iainbatusangkar.ac.id</a> Internet Source	1%
4	<a href="http://garuda.kemdikbud.go.id">garuda.kemdikbud.go.id</a> Internet Source	<1%
5	<a href="http://es.scribd.com">es.scribd.com</a> Internet Source	<1%
6	<a href="http://repository.unmuhjember.ac.id">repository.unmuhjember.ac.id</a> Internet Source	<1%
7	Submitted to Universitas Pendidikan Indonesia Student Paper	<1%
8	<a href="http://docobook.com">docobook.com</a> Internet Source	<1%
9	<a href="http://paud-darma.blogspot.co.id">paud-darma.blogspot.co.id</a> Internet Source	<1%



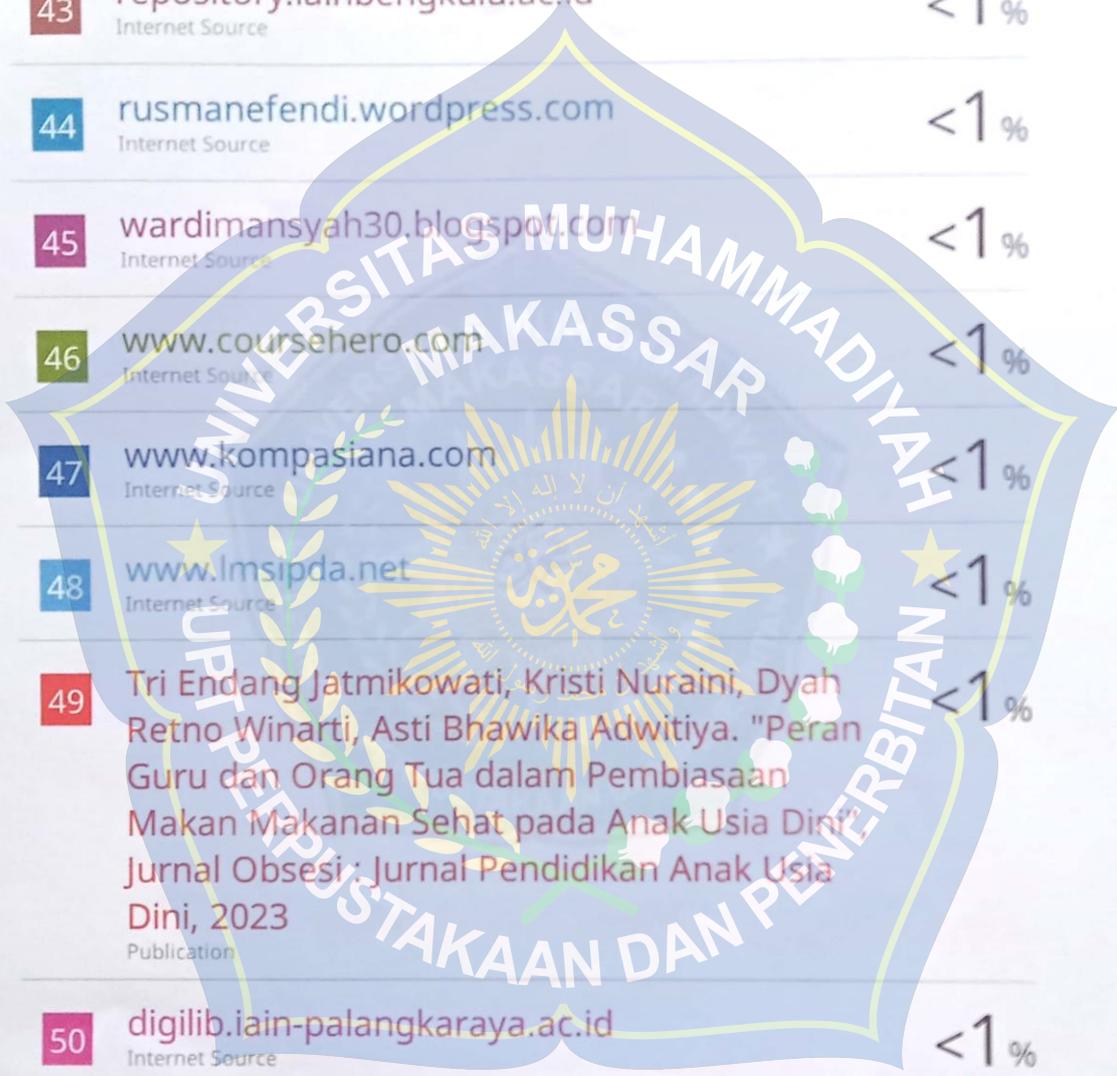
10	<a href="http://repository.uinsaizu.ac.id">repository.uinsaizu.ac.id</a> Internet Source	<1 %
11	<a href="http://text-id.123dok.com">text-id.123dok.com</a> Internet Source	<1 %
12	<a href="http://murhum.ppjpaud.org">murhum.ppjpaud.org</a> Internet Source	<1 %
13	<a href="http://psikologi.up45.ac.id">psikologi.up45.ac.id</a> Internet Source	<1 %
14	<a href="http://bams.jambiprov.go.id">bams.jambiprov.go.id</a> Internet Source	<1 %
15	<a href="http://journal.fh.unsri.ac.id">journal.fh.unsri.ac.id</a> Internet Source	<1 %
16	<a href="http://dspace.umkt.ac.id">dspace.umkt.ac.id</a> Internet Source	<1 %
17	<a href="http://pusatobatherbalradiga.blogspot.com">pusatobatherbalradiga.blogspot.com</a> Internet Source	<1 %
18	<a href="http://qjurnal.my.id">qjurnal.my.id</a> Internet Source	<1 %
19	<a href="http://seminar.uad.ac.id">seminar.uad.ac.id</a> Internet Source	<1 %
20	<a href="http://agroedupolitan.blogspot.com">agroedupolitan.blogspot.com</a> Internet Source	<1 %
21	<a href="http://apotek45.com">apotek45.com</a> Internet Source	<1 %



22	artikelpendidikan.id Internet Source	<1 %
23	cintaihidup.com Internet Source	<1 %
24	digilib.uin-suka.ac.id Internet Source	<1 %
25	eprints.umpo.ac.id Internet Source	<1 %
26	jitucasino.biz Internet Source	<1 %
27	pt.scribd.com Internet Source	<1 %
28	tekno.tempco Internet Source	<1 %
29	www.esensi.co.id Internet Source	<1 %
30	123dok.com Internet Source	<1 %
31	I Gusti Ngurah Wiragunawan. "Penerapan Model Tutor Sebaya Berbantuan Media Presentasi dalam Meningkatkan Hasil Belajar dan Aktivitas Siswa", JIRA: Jurnal Inovasi dan Riset Akademik, 2021 Publication	<1 %



32	Nurliana Nurliana, Nurul Aini. "DAMPAK GADGET TERHADAP KOMUNIKASI ORANG TUA DAN ANAK DALAM KELUARGA DI TK NEGERI PEMBINA KECAMATAN LUT TAWAR", Jurnal As-Salam, 2021 Publication	<1 %
33	adoc.pub Internet Source	<1 %
34	aisyahintanramadhani.blogspot.com Internet Source	<1 %
35	arymaa.blogspot.com Internet Source	<1 %
36	cantik.tempo.co Internet Source	<1 %
37	docplayer.info Internet Source	<1 %
38	edoc.pub Internet Source	<1 %
39	farieducations.blogspot.com Internet Source	<1 %
40	ichsanahmd.wordpress.com Internet Source	<1 %
41	id.123dok.com Internet Source	<1 %



42	repositori.kemdikbud.go.id Internet Source	<1 %
43	repository.iainbengkulu.ac.id Internet Source	<1 %
44	rusmanefendi.wordpress.com Internet Source	<1 %
45	wardimansyah30.blogspot.com Internet Source	<1 %
46	www.coursehero.com Internet Source	<1 %
47	www.kompasiana.com Internet Source	<1 %
48	www.lmsipda.net Internet Source	<1 %
49	Tri Endang Jatmikowati, Kristi Nuraini, Dyah Retno Winarti, Asti Bhawika Adwitiya. "Peran Guru dan Orang Tua dalam Pembiasaan Makan Makanan Sehat pada Anak Usia Dini" Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, 2023 Publication	<1 %
50	digilib.iain-palangkaraya.ac.id Internet Source	<1 %

bryanti Mifthahul Jannah Yusuf 105451101820 BAB V

ORIGINALITY REPORT

5%

SIMILARITY INDEX

LULUS

5%

INTERNET SOURCES

2%

PUBLICATIONS

0%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1

text-id.123dok.com

Internet Source

3%

2

id.scribd.com

Internet Source

2%

Exclude quotes  Off

Exclude bibliography  Off

Exclude matches  Off





## RIWAYAT HIDUP

**Febriyanti Mifthahul Jannah Yusuf** Lahir di Bantaeng pada tanggal 23 Februari 2002, dari pasangan Ayah Adil Supratman Yusuf dan Ibu Masniati, Penulis berkewarganegaraan Indonesia dan beragama islam.

Penulis Masuk SDN 22 Beloparang tahun 2009, Lulus tahun 2014. Masuk SMPN 2 Bantaeng tahun 2015, Lulus tahun 2017. Masuk SMAN 4 Bantaeng tahun 2018, Lulus tahun 2020. Penulis melanjutkan pendidikan pada program studi Pendidikan Anak Usia Dini, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Makassar pada Program Strata Satu dan selesai tahun 2024.

