

UIN SUSKA RIAU

OLEH:

RIZKA JUWITA

11719202336

UIN SUSKA RIAU

FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU

PEKANBARU

1442 H / 2021 M

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

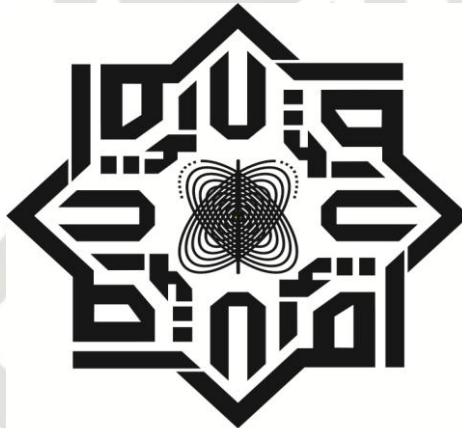
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**URGENSI PENGETAHUAN GIZI DALAM PENINGKATAN
KESEHATAN ANAK USIA DINI**

Skripsi

Diajukan untuk memperoleh gelar
Sarjana Pendidikan (S. Pd.)

UIN SUSKA RIAU

OLEH:

RIZKA JUWITA

11719202336

**JURUSAN PENDIDIKAN ISLAM ANAK USIA DINI
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
PEKANBARU
1442 H / 2021 M**

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

PERSETUJUAN

Skripsi dengan judul “*Urgensi Pengetahuan Gizi Dalam Peningkatan Kesehatan Anak Usia Dini*”, yang disusun oleh Rizka Juwita, NIM 11719202336 dapat diterima dan disetujui untuk diujikan dalam sidang Munaqasyah Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

Pekanbaru, 30 Syawal 1442 H
11 Juni 2021 M

Menyetujui,

Ketua Jurusan
Pendidikan Islam Anak Usia Dini



Dr. Hj. Nurhasanah Bakhtiar, M. Ag
NIP. 197305142001122002

Pembimbing



Dr. Zuhairansyah Arifin, S. Ag. M. Ag
NIP. 197609262007101004

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul *Urgensi Pengetahuan Gizi Dalam Peningkatan Kesehatan Anak Usia Dini*, yang ditulis oleh Rizka Juwita NIM.11719202336 Telah diujikan dalam sidang munaqasyah Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau pada tanggal 5 Zulhijah 1442 H./15 Juli 2021 M. Skripsi ini diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S. Pd) Jurusan Pendidikan Islam Anak Usia Dini.

Pekanbaru, 5 Zulhijah 1442 H.
15 Juli 2021 M.

Mengesahkan
Sidang Munaqasyah

Penguji I



Dr. Nurhasanah Bakhtiar, M. Ag.

Penguji II



Nurkamelia Mukhtar. AH., M. Ag.

Penguji III



Dra. Hj. Sariah, M. Pd

Penguji IV



Dr. H. Arbi, M. S.I.



Dekan
Fakultas Tarbiyah dan Keguruan

Dr. H. Kadar M.Ag.
NIP. 19650521 199402 1 001

PENGHARGAAN



Bismillahirrahmaanirrahim

Alhamdulillah dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan petunjuk, pertolongan, nikmat kesehatan kesempatan serta limpahan kasih sayang-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini, dan sholawat beserta salam tak henti terlantun teruntuk Nabi tercinta yakni Nabi Muhammad SAW. Skripsi dengan judul “*Urgensi Pengetahuan Gizi Dalam Peningkatan Kesehatan Anak Usia Dini*” merupakan hasil karya ilmiah yang ditulis untuk memenuhi persyaratan mendapatkan gelar sarjana pendidikan (S. Pd), pada program studi Pendidikan Islam Anak Usia Dini Fakultas Tarbiyah Dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Untuk itu penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih untuk yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang membantu dalam menyelesaikan skripsi ini penulis menyadari begitu banyak bantuan dari pihak-pihak yang telah memberikan arahan dan bimbingannya terutama untuk orang yang tersayang yaitu orang tua. Ayahku dan ibuku tersayang, terimakasih atas semangat, motivasi dan kasih sayang tak terhingga. Dan juga membesarkan, menjaga, mendidik, mendoakan dalam setiap hembusan nafasnya dengan pengorbanan yang sangat luar biasa. Untuk kakak-kakakku yang telah mendoakan dan memberi motivasi dalam menyelesaikan tugas akhir ini.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Pada kesempatan kali ini penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada beberapa pihak yaitu:

Prof. Dr. Hairunas, M. Ag Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, Dr. Hj. Helmiati, M. Ag, selaku Wakil Rektor I, Dr. H. Mas'ud Zein, M. Pd., selaku Wakil Rektor II dan Edi Erwan, S. Pt., M. Sc., Ph.D., selaku Wakil Rektor III beserta seluruh Staf Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

Dr. Kadar, S.Ag., M.Ag., selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, Dr. H. Zarkasih, M. A., selaku Wakil Dekan I, Dr. Zubaidah Amir MZ, S. Pd., M. Pd., selaku Wakil Dekan II dan Dr. Amirah Diniaty, M. Pd. Kons., selaku Wakil Dekan III beserta seluruh Staf Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Suska Riau.

3. Dr. Hj. Nurhasanah Bakhtiar, M.Ag., selaku Ketua Jurusan Pendidikan Islam Anak Usia Dini Fakultas Tarbiyah dan Keguruan. Nurkamelia Mukhtar. AH. M. Pd, selaku Sekretaris Jurusan Pendidikan Islam Anak Usia Dini serta Bapak dan ibu dosen di Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Yang telah memberikan ilmu dan pengalaman kepada penulis.

Dr. Zuhairansyah Arifin, S. Ag, M. Ag, dosen pembimbing, sekaligus dosen Jurusan Pendidikan Islam Anak Usia Dini, yang tidak pernah lelah dalam membimbing, menasehati dan memberikan arahan serta motivasi, dalam penyusunan skripsi ini dan selama penulis belajar di Fakultas Tarbiyah Dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Dra. Hj. Sariah, M. Pd., sebagai penasehat akademik (PA) yang telah membimbing, menasehati dan selalu memberikan motivasi kepada penulis dari awal penulis memulai perkuliahan hingga saat ini.

Dan teman-teman seperjuangan lokal PIAUD B, yang tidak bisa disebutkan satu persatu namanya, terimakasih atas do'a dan dukungannya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Semoga kita sukses selalu.

Demikianlah semoga tulisan ini mampu memberikan manfaat bagi kita semua, semua kebaikan dan kebenaran datangnya dari Allah, atas bantuan, do'a, motivasinya penulis mengucapkan terimakasih yang tak terhingga.

Pekanbaru 23 Juni 2021

RIZKA JUWITA
NIM. 11719202336

UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

PERSEMBAHAN

Alhamdulillahakirabbil' alamin...

Terimakasih kepada Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, nikmat serta karuniannya sehingga sebuah karya yang sederhana ini berhasil penulis selesaikan...

Dengan rasa syukur yang teramat dalam, penulis persembahkan sebuah karya yang sederhana ini untuk semua yang tersayang...

Jbu, Bapq, dan Kakak-kakak yang penulis sayangi.

Terimakasih kepada ayahanda Suharyo , karena do'a dan keringatmu penulis bisa kuliah sampai selesai saat ini.

Terimakasih kepada ibunda tercinta Ruhini Maria Ningsih, kasih sayangmu sepanjang masa, tidak ada yang menyayangi penulis setulus ini dan selalu memberikan motivasi yang membangkitkan semangat hingga saat ini.

Terimakasih kepada kakak-kakak penulis yaitu Wiwin Widiarti dan Maya Agustina yang telah banyak membuat penulis semangat dan selalu memotivasi penulis dengan kata-kata.

Terimakasih kepada keluarga besar penulis yang tanpa kalian penulis tidak akan bisa seperti ini. Semoga dengan gelar ini membuat kalian bangga dan bahagia. Semoga penulis bisa membahagiakan kalian semua hingga ke jannah. Aamiin...

Bertakwalah kepada Allah SWT, maka Allah akan mengajarimu, sesungguhnya Allah maha mengetahui segala sesuatu

(Q.S Al-Baqarah : 282)

Rizka Juwita



ABSTRAK

Rizka Juwita, (2021): Urgensi Pengetahuan Gizi Dalam Peningkatan Kesehatan Anak Usia Dini

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan urgensi pengetahuan gizi dalam peningkatan kesehatan anak usia dini. Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana urgensi pengetahuan gizi dalam peningkatan kesehatan anak usia dini. Jenis penelitian adalah riset kepustakaan (*Library Research*), dengan menggunakan sumber data primer dan data sekunder. Teknik pengumpulan data adalah dengan menggunakan buku, dokumentasi, dan website. Analisis penelitian menggunakan analisis isi (*Content Analysis*). Hasil penelitian menunjukkan bahwa urgensi pengetahuan gizi dalam peningkatan kesehatan sangat penting bagi anak usia. Dalam menjalankan kehidupan seseorang harus tahu dasar dari pengetahuan tersebut, termasuk dengan pengetahuan gizi dan kesehatan. Gizi merupakan makanan yang memiliki proses pemeliharaan sel-sel dalam tubuh guna menjadikan kesejahteraan terhadap pertumbuhan dan perkembangan manusia. Gizi mempunyai peranan untuk kesehatan optimal bagi setiap individu. Pentingnya pengetahuan gizi dalam peningkatan kesehatan anak usia dini sebagai landasan dasar untuk membantu perkembangan dan pertumbuhan anak. Karena dalam menjalankan kehidupan seseorang harus terlebih dahulu tahu dasar dari pengetahuan tersebut, termasuk dengan pengetahuan gizi dan kesehatan anak usia dini.

Kata Kunci: Pengetahuan Gizi, Peningkatan Kesehatan, Anak Usia Dini

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

ملخص

رزقا جويتا، (٢٠٢١): أهمية معرفة التغذية في تحسين صحة الأطفال

هذا البحث يهدف إلى وصف أهمية معرفة التغذية في تحسين صحة الأطفال. والسؤال المطروح فيه ما أهمية معرفة التغذية في تحسين صحة الأطفال. وهذا البحث هو بحث مكتبي باستخدام مصادر البيانات الأساسية والثانوية. وأساليب جمع بياناته كتب وتوثيقات وموقع إلكتروني. وتم تحليل بياناته من خلال أسلوب تحليل المضمون. ونتيجة البحث دلت على أن معرفة التغذية في تحسين صحة الأطفال مهمة جدا. التغذية هي طعام يحتوي على عملية صيانة لخلايا الجسم لتحقيق الرفاهية للإنسان وتطوره. والتغذية لها دور في الصحة المثلى لكل فرد. أهمية معرفة التغذية كأساس للمساعدة في نمو الأطفال. لأنه عند تنفيذ المرء لحياته يكون لديه أساس هذه المعرفة، بما في ذلك معرفة التغذية وصحة الأطفال.



الكلمات الأساسية: معرفة التغذية، تحسين الصحة، الأطفال.



ABSTRACT

Rizka Juwita, (2021): The Urgency of Nutrition Knowledge in Improving Early Childhood Health

This research aimed at describing the urgency of nutrition knowledge in improving early childhood health. The formulation of the problem in this research was “how was the urgency of nutrition knowledge in improving early childhood health?”. It was a library research; primary and secondary data sources were used in this research. The techniques of collecting data were using books, documentation, and websites. Content analysis was used in this research. The research findings showed that the urgency of nutritional knowledge in improving health was very important for early childhood. Nutrition is food containing the process of maintaining cells in the body in order to make welfare for human growth and development. Nutrition has a role for optimal health of each individual. The importance of nutritional knowledge in improving early childhood health was as a basic foundation to assist the development and growth of children because someone must first have the basis of this knowledge in living, including knowledge of nutrition and early childhood health.

Keywords: Nutrition Knowledge, Improving Health, Early Childhood

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



DAFTAR ISI

	Halaman
PERSETUJUAN	i
PENGESAHAN	ii
PENGHARGAAN	iii
PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK BAHASA INDONESIA	vii
ABSTRAK BAHASA ARAB	viii
ABSTRAK BAHASA INGGRIS	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Penegasan Istilah.....	6
C. Permasalahan.....	7
D. Tujuan dan Kegunaan Penelitian	
1. Teoritis.....	8
2. Praktisi.....	8
BAB II LANDASAN TEORI	
A. Kerangka Teoritis.....	11
B. Penelitian Yang Relevan.....	22
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Pendekatan Penelitian.....	29

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

B. Sumber Data.....	30
C. Teknik Pengumpulan Data.....	32
D. Teknik Analisis Data.....	34

BAB IV URGENSI PENGETAHUAN GIZI DALAM PENINGKATAN KESEHATAN ANAK USIA DINI

A. Pengetahuan Gizi	37
B. Kesehatan Anak Usia Dini.....	50
C. Pentingnya Kesehatan dan Gizi Anak Taman Kanak-Kanak	55
D. Analisis Urgensi Pengatahuan Gizi Dalam Peningkatan Kesehatan Anak Usia Dini	56

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan	63
B. Saran.....	64

DAFTAR KEPUSTAKAAN

UIN SUSKA RIAU

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Usia Dan Badan	15
Tabel 2.2 Perbandingan Tinggi Badan Dan Pertumbuhan.....	15
Tabel 2.3 Standar Baku Lingkaran Lengan Atas (LLA) Menurut Usia Berdasarkan Pengukuran Wolanski	16
Tabel 4.1 Zat Gizi Esensial	42
Tabel 4.2 Angka Kecukupan Gizi (Akg) pada Anak Usia Prasekolah	45



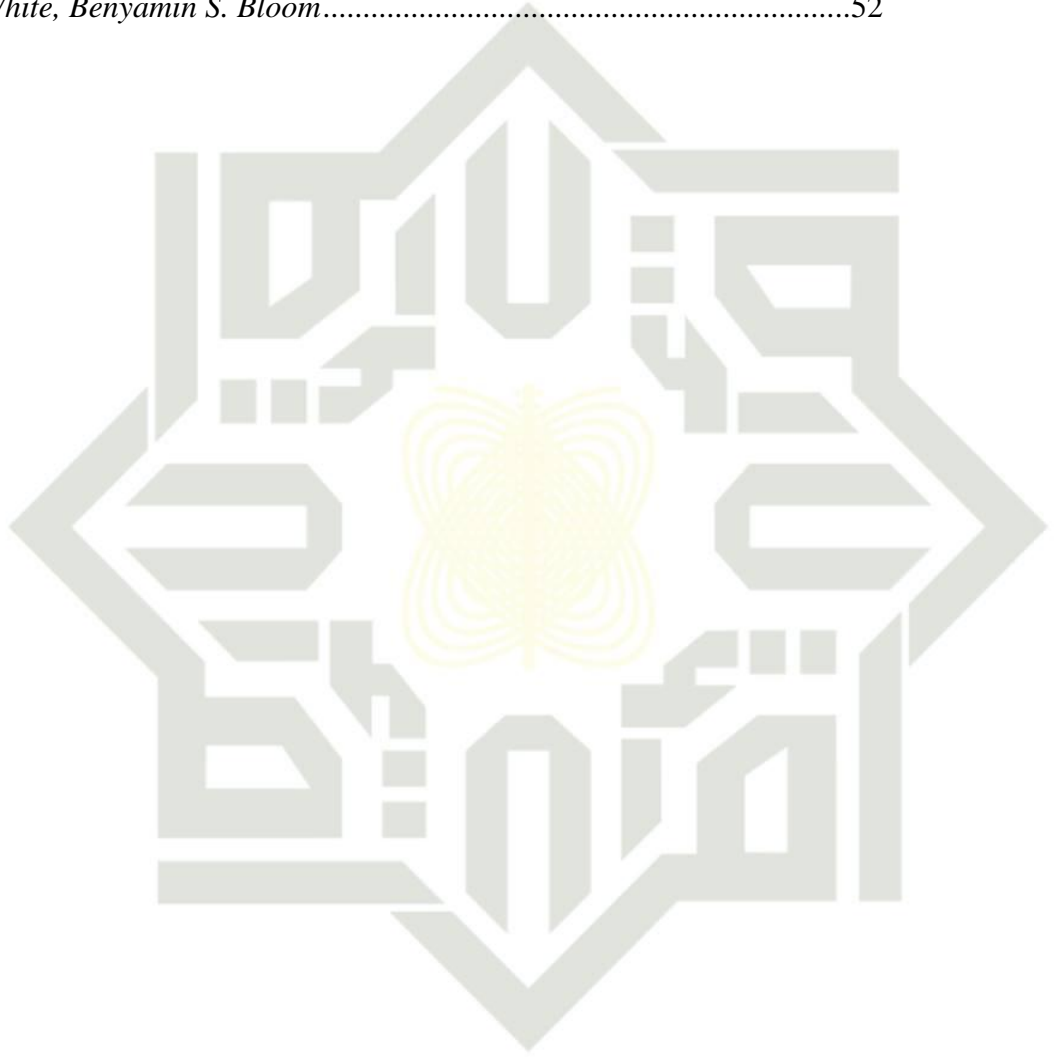
UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 4.1 Tumpeng Gizi Seimbang Panduan Konsumsi Sehari-hari.....	42
Gambar 4.2 Perkembangan Kecerdasan Anak Menurut <i>Keith Osborn, Burton L. White, Benjamin S. Bloom</i>	52



UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB I

PENDAHULUAN

Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan kebutuhan pokok bagi manusia, karena manusia saat dilahirkan tidak mengetahui sesuatu apapun. Namun disisi lain manusia memiliki potensi dasar (*fitrah*) yang harus dikembangkan sampai batas maksimal. Pendidikan merupakan bagian yang tidak dapat dipisahkan dari hidup dan kehidupan manusia. Bagaimanapun sederhana komunitas manusia memerlukan pendidikan. Sebab pendidikan secara alami sudah merupakan kebutuhan hidup manusia.¹

Ada Hadis nabi SAW yang mengemukakan tentang pendidikan anak usia dini. Hadis yang diriwayatkan dari Abu Rafi'i, ia berkata:

رَأَيْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَذَّنَ فِي أُذُنِ الْحَسَنِ بْنِ عَلِيٍّ حِينَ لَدَتْهُ فَاطِمَةُ بِالصَّلَاةِ²

“Aku pernah melibatkan Rasulullah Saw mengumandangkan azan di telinga Hasan bin Ali pada saat Fatimah baru saja melahirkannya. Semoga Allah meridhai mereka semua” (HR. Abu Daud dan Tarmidzi).

Hadis dari Hasan bin Ali Ra., ia berkata bahwa Rasulullah saw bersabda:

مَنْ وُلِدَ لَهُ مَوْلُودٌ فَأَذَّنَ فِي أُذُنِهِ الْيُمْنَى وَأَقَامَ الصَّلَاةَ فِي أُذُنِهِ الْيُسْرَى لَمْ تَضُرَّهُ أُمُّ الصَّبِيَانِ³

¹ Ramayulis, *Ilmu Pendidikan Islam*, (Jakarta: Kalam Mulia, 2015), hlm: 28

² Abu al-Fadhl Ahmad bin Ali bin Muhammad bin Ahmad bin Hajar al-Asqalani (w.852 H), *Athraf al-Musnid al-Mu'taly bi Athraf al-Musnad al-Hanbaly*, Juz. 6, Hadis 8153, pdf *Maktabah Syamilah* (Bairut: Dar Ibnu Katsir, tth), hlm. 218

³ Ahmad bin Abi Bakar bin Ismail al-Bushoiry, *Ittihaf al-Khairah al-Maharah*, Juz. 5, Hadis 39, (pdf *Maktabah Syamilah*), hlm. 239

“Siapa yang dikaruniai anak, kemudian telinga kananannya dibacakan adzan san telinga kirinya dibacakan iqomah, maka ia tidak akan dikenai kejabatan ummus sibyan (pengikut jin-oleh orang sering disebut qarinah).” (HR. Baihaqi dan Ibnu Sunni).

Berdasarkan hadis yan diriwalkan dari Abu Rafi’i dan juga hadis dari Hasan bin Ali Ra menyatakan bahwa pendidikan merupakan hal yang dimulai sejak usia dini. Adzan merupakan salah satu pendidikan yang diajarkan ketika anak lahir didunia. Melalui indra pendengar, anak mampu mendengarkan lantunan Al- Qur’an. Adzan juga dapat meningkatkan kecerdasan awal anak melalui stimulus bahasa anak sebagai awal pendidikan.

Pendidikan anak usia dini adalah suatu upaya pembinaan yang ditunjukkan kepada anak sejak lahir sampai dengan usia 6 tahun yang dilakukan melalui pemberian rangsangan pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani agar anak memiliki kesiapan dalam memasuki pendidikan lebih lanjut.⁴

Dari kutipan diatas jelas sangat penting dikarenakan pendidikan anak usia dini merupakan suatu upaya yang dilakukan individu untuk memberikan pengetahuan yang membantu pertumbuhan dan perkembangan anak baik jasmani maupun rohani sejak dini.

Pengetahuan merupakan sesuatu yang diciptakan kembali dan dibangun dari dalam diri seseorang melalui pengamatan, pengalaman, dan pemahamannya. Pengetahuan diperoleh melalui suatu dialog oleh suasana

⁴ Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional (2003) Pada Pasal 1 Ayat (14)

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

belajar yang bercirikan pengalaman dua sisi (kognitif dan afektif)⁵. Hal ini yang membuat individu mendapatkan pengalaman dan pemahaman tentang pertumbuhan dan perkembangan.

Pengetahuan anak dibangun dari hasil interaksi dengan lingkungan dan sesuai dengan kemampuan berfikir anak. Pada saat anak bermain sambil belajar, mereka memiliki kesempatan untuk mengetahui sifat-sifat objek dengan cara mengamati, menyentuh, mencium, dan mendengarkan.)⁶

Pengetahuan merupakan pengalaman anak secara langsung terhadap objek melalui indra akan lebih baik bagi anak dalam proses berfikirnya. Karena pengetahuan sangatlah penting jika di bangun sejak usia dini. Oleh sebab itu sangatlah penting bagi pendidik untuk memperhatikan perkembangan, pertumbuhan anak dan keadaan lingkungan sekitar dalam mendukung proses penerimaan pengetahuannya yang salah satunya dalah pengetahuan mengenai gizi dalam peningkatan kesehatan.

Pemberian pengetahuan dapat dilakukan guru melalui pengajaran disekolah, yaitu melalui materi pembelajaran yang sesuai untuk anak TK. Dibalik pemberian pengetahuan ini, juga dimaksudkan agar anak menyampaikan pengetahuan tersebut kepada lingkungannya.

⁵ Dewi Nurchayati, Ratna Wahyu Pusari, (2015), *Upaya Meningkatkan Pengetahuan Makanan Sehat Melalui Penerapan Sentra Cooking Pada Kelompok Bermain B Di PAUD Baitus Sibyaan Kecamatan Bergas Kabupaten Semarang Tahun Ajaran 2014/2015*, Jurnal Penelitian PAUDIA, hlm. 164 (Online) <https://doi.org/10.26877/paudia.v3i2%20Oktober.510>

⁶ *Ibid.*, 165

Memperaktekkan adalah dengan cara memberikan anak makanan yang baik sesuai kebutuhan sesuai kebutuhan tubuhnya dalam kegiatan.⁷

Gizi merupakan salah satu penentu kualitas sumber daya manusia, karena kurang gizi akan dapat menyebabkan kegagalan pertumbuhan dan perkembangan pada anak. Pada anak prasekolah merupakan kelompok yang perlu diperhatikan akan kebutuhan gizinya, karena mereka dalam masa pertumbuhan dan perkembangan.⁸

Dapat ditafsirkan bahwa untuk membantu beberapa hal tersebut maka diperlukan asupan gizi yang baik juga. Dikarenakan kebutuhan gizi pada anak yang baik dan seimbang berfungsi sebagai pertumbuhan, perkembangan, dan kesehatan anak usia dini. Oleh sebab itu kualitas tumbuh kembang seorang anak sangat ditentukan oleh pemenuhan kebutuhan gizi serta tenaga yang seimbang. Kebutuhan gizi yang semakin meningkat, harus diimbangi dengan zat yang seimbang juga.

Tumbuh berkembangnya anak usia dini yang optimal tergantung dari perilaku sehat yang dilakukan. Perilaku sehat yang diamati dalam penelitian ini adalah perilaku makan dan minum, perilaku terhadap kebersihan diri, dan perilaku terhadap kebersihan lingkungan. Dengan menerapkan hal-hal tersebut kita dapat melakukan peningkatan kesehatan anak usia dini.

⁷ Soengeng Santoso, Anne Lies Ranti, *Kesehatan dan Gizi*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2013), hlm. 145

⁸ Ramadhani, Ratnawati, Alie., *Hubungan Status Gizi Dengan Perkembangan Anak Usia 3-5 Tahun Di Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) Midanutta'lim Desa Mayangan Kecamatan Sogoroto Kabupaten Jombang*, Jurnal Ilmiah Kesehatan, Vol. 10, No. 1, hlm. 53 (Online) <http://journal.unusa.ac.id>

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Kesehatan adalah keadaan sehat, baik secara fisik, mental, spritual maupun sosial yang memungkinkan setiap orang untuk hidup produktif secara sosial dan ekonomis.⁹ Kesehatan merupakan aspek yang penting dalam tumbuh dan kembang anak karena pemberian makanan yang sehat akan mempengaruhi perkembangan kognitif selanjutnya. Selain itu, kesehatan dan gizi juga mempengaruhi pertumbuhan, ukuran badan, dan ketahanan terhadap penyakit. Anak yang sehat ditunjang oleh keadaan gizi yang baik, untuk mengoptimalkan tumbuh kembang anak sejak usia dini.

Berdasarkan fenomena yang terjadi 15% anak-anak luar kota mengidap penyakit kekurangan zat besi dan 20% lagi mengalami masalah terhambatnya tumbuh kembang.¹⁰ Permasalahan ini berasal dari ketidaktahuan anak dalam pemilihan makanan. Anak yang lebih menyukai makanan atau jajanan dari luar yang belum tentu baik untuk kesehatannya, dan anak cenderung menyukai jenis makanan berupa *snack ciki*, makanan ringan yang banyak mengandung bahan-bahan pengawet dan MSG sehingga tidak bagus untuk kesehatan tubuh anak.

Makanan yang baik tentunya makanan yang harus mempunyai kandungan zat gizi yang sangat penting diperlukan didalam tubuh, termasuk makanan yang dikonsumsi oleh anak seharusnya mengandung nilai-nilai gizi yang sangat penting untuk kesehatan, kecerdasan dan pemberian stimulasi dalam tumbuh kembang anak. Sejalan dengan hal tersebut maka perlunya pengetahuan gizi pada anak usia dini dalam peningkatan

⁹ Undang-undang Republik Indonesia tentang Kesehatan (Nomor 36 tahun 2009)

¹⁰ Rita Kurnia, *Pendidikan Gizi untuk Anak Usia Dini*, Jurnal: EDUCHILD, Vol. 4 No. 2 tahun 2015, hlm. 110. (Online) <https://educhild.ejournal.unri.ac.id/>

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

kesehatan. Berdasarkan uraian di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul ***“Urgensi Pengetahuan Gizi Dalam Peningkatan Kesehatan Anak Usia Dini”***

Penegasan Istilah

Untuk menghindari kesalahpahaman dalam memahami judul penelitian dan gambaran yang jelas, penulis perlu menjelaskan penegasan istilah sebagai berikut:

1. Pengetahuan

Pengetahuan merupakan sesuatu yang diciptakan dan dibangun dari dalam diri seseorang melalui pengalaman, dan pemahamannya. Pengetahuan diperoleh melalui suatu dialog oleh suasana belajar yang bercirikan pengalaman dua sisi (kognitif dan afektif).¹¹

2. Gizi

Gizi sendiri berasal dari kata *“ghidza”* dalam bahasa Arab, yang berarti makanan. Kata *“ghidza”* dalam dialek Mesir dibaca *“gizi”*. Sementara itu juga ada yang menerjemahkan kata *“nutrition”* menjadi *“nutrisi”* yang berarti bahan makanan atau zat gizi.¹²

3. Kesehatan

World Health Organization (WHO) menyatakan sehat adalah keadaan sejahtera jasmani, jiwa dan sosial yang sempurna dan bukan hanya keadaan tanpa penyakit. Jadi, sehat secara menyeluruh

¹¹ Dewi Nurchayati, Ratna Wahyu Pusari, *Loc. Cit.*, hlm: 164

¹² Deddy Muchtadi, *Pengantar Ilmu Gizi*, (Bandung: Alfabeta, 2014), hlm. 1

melibatkan faktor fisik, mental dan sosial.¹³ Sedangkan pengertian kesehatan sendiri dapat diartikan bahwa kesehatan bagi anak usia dini adalah keadaan fisik yang sempurna baik secara mental, sosial, dan spiritual, dan terbebas dari jangkitan penyakit.

Maksud pengertian di atas adalah pengetahuan merupakan pengalaman dan pemahaman yang diberikan kepada anak melalui tindakan dialog tentang makanan bergizi. Gizi merupakan zat makanan “*nutrition*”. Pengetahuan gizi anak mampu meningkatkan kesehatan berupa keadaan fisik yang sempurna baik secara mental, sosial, dan spiritual, dan terbebas dari jangkitan penyakit.

C. Permasalahan

1. Identifikasi Masalah
 - a) anak yang lebih menyukai makanan atau jajanan dari luar yang belum tentu baik untuk kesehatannya, dan kebanyakan anak-anak pada dasarnya lebih menyukai makan yang dikemas secara menarik.
 - b) anak cenderung menyukai jenis makanan berupa *snack ciki*, makanan ringan yang banyak mengandung bahan-bahan pengawet dan MSG sehingga tidak bagus untuk kesehatan tubuh anak.
 - c) Anak tidak mengetahui perbedaan dan tidak dapat memilih antara makanan sehat dan bergizi atau yang dibutuhkan tubuh, serta sehat dan aman yang tidak membahayakan kesehatan.

¹³ Organisasi Kesehatan Dunia (WHO)

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- d) Anak tidak mengetahui bagaimana cara mencuci tangan yang baik.
- e) Anak tidak mengetahui cara merawat kesehatan mata.
- f) Anak cenderung lebih suka bermain tanpa melihat keadaan cuaca.

2. Batasan Masalah

Mengingat banyaknya permasalahan-permasalahan yang terjadi didalam penelitian, untuk memudahkan penulis maka penulis membatasi permasalahan pada “Urgensi pengetahuan gizi dalam peningkatan kesehatan anak usia dini”

3. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, peneliti rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana urgensi pengetahuan gizi dalam peningkatan kesehatan anak usia dini?”.

D. Tujuan dan Kegunaan Penelitian**1. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian adalah mengetahui urgensi pengetahuan gizi dalam peningkatan kesehatan anak usia dini.

2. Kegunaan Penelitian

Kegunaan dari hasil penelitian ini adalah:

a. Kegunaan Teoritis

Memberikan sumbangan pikiran dalam pengembangan ilmu berkenaan pengetahuan gizi dalam peningkatan kesehatan anak usia dini.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

b. Kegunaan Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat yaitu sebagai berikut:

a. Bagi Sekolah

Hasil penelitian diharapkan dapat membantu menyelesaikan masalah yang terjadi selama proses belajar mengajar berlangsung terutama masalah pengetahuan gizi dalam peningkatan kesehatan anak usia dini.

b. Bagi Guru

Untuk mengetahui tentang cara yang tepat tentang pentingnya pengetahuan gizi terhadap peningkatan kesehatan anak usia dini.

c. Bagi Anak

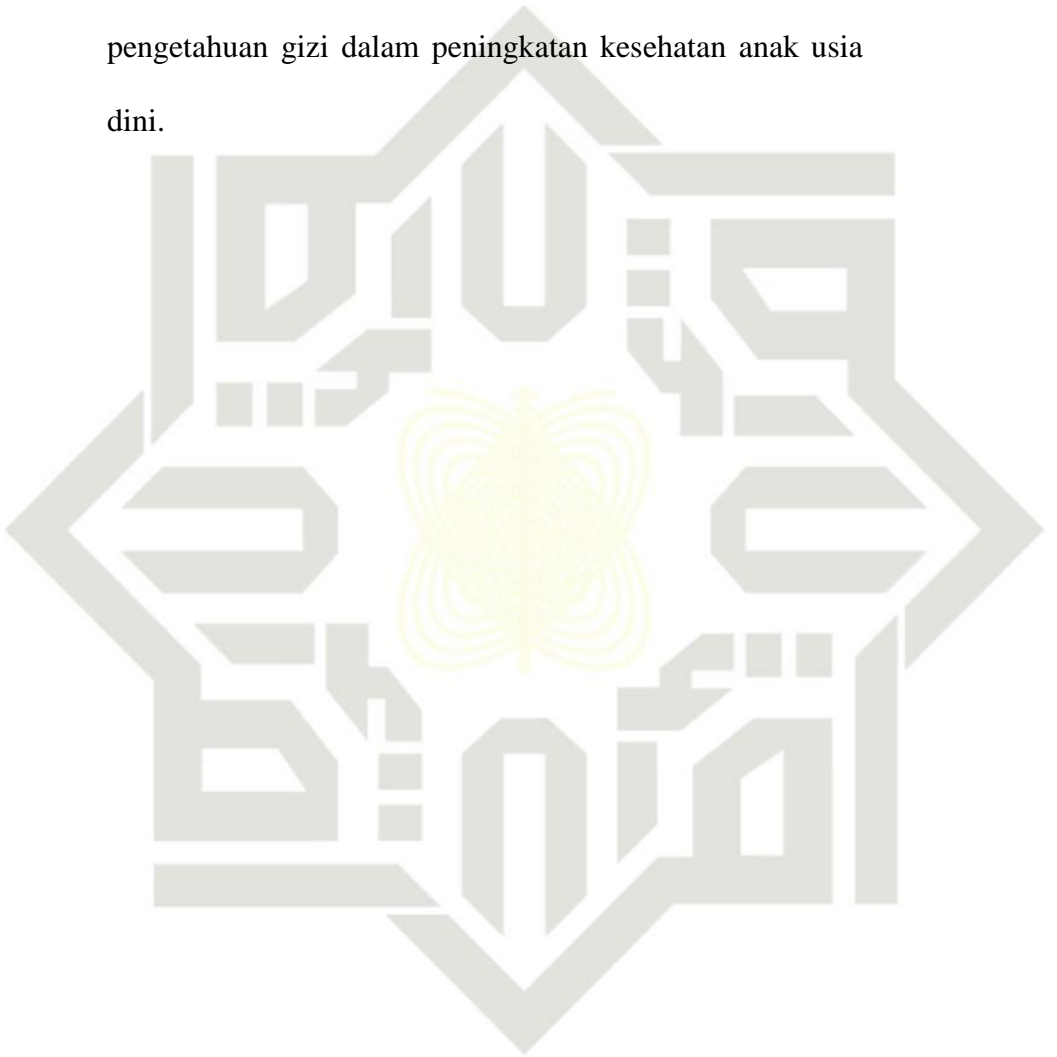
Untuk memberikan pembelajaran terhadap anak tentang pentingnya pengetahuan gizi dalam peningkatan kesehatan gizi anak usia dini.

d. Bagi Orang Tua

Dapat mengetahui dan memahami pentingnya pengetahuan gizi dalam peningkatan kesehatan anak, sehingga orang tua dapat bekerjasama dengan pihak guru maupun sekolah untuk bersama-sama membina, membimbing anak-anak dalam meningkatkan pengetahuan gizi terhadap kesehatan.

e. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat menjadi pedoman dalam penelitian selanjutnya, serta memberi makna kerja sama antara guru dan siswa dalam upaya meningkatkan pengetahuan gizi dalam peningkatan kesehatan anak usia dini.



UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB II**LANDASAN TEORI****Kerangka Teoritis**

Adapun konsep-konsep pemikiran pada penelitian ini sebagai acuan dasar kesimpulan penelitian sebagai berikut:

1. Pengetahuan Gizi**a. Pengertian Gizi**

Istilah gizi atau ilmu gizi dikenal di Indonesia pada tahun 1950-an, sebagai terjemahan dari kata Inggris “*nutrition*”. Kata gizi sendiri berasal dari kata “*ghidza*” dalam bahasa Arab, yang berarti makanan. Kata “*ghidza*” dalam dialek Mesir dibaca “gizi”. Sementara itu juga ada yang menerjemahkan kata “*nutrition*” menjadi “nutrisi”.¹⁴

Gizi merupakan salah satu penentu kualitas sumber daya manusia, karena kurang gizi akan dapat menyebabkan kegagalan pertumbuhan dan perkembangan pada anak.¹⁵ Pada anak prasekolah merupakan kelompok yang perlu diperhatikan akan kebutuhan gizinya, karena mereka dalam masa pertumbuhan dan perkembangan. Memelihara proses pertumbuhan dan perkembangan yaitu pergantian sel-sel yang rusak dan sebagai

¹⁴ Deddy Muchtadi, *Loc. Cit.*, hlm. 1

¹⁵ Ramadhani, Ratnawati, Alie., *Loc. Cit.*, hlm. 53

zat pelindung dalam tubuh (dengan cara menjaga keseimbangan cairan tubuh).¹⁶

Proses tubuh dalam pertumbuhan dan perkembangan yang terpelihara dengan baik akan menunjukkan baiknya kesehatan yang dimiliki seseorang. Seseorang yang sehat tentunya memiliki daya pikir dan daya kegiatan fisik sehari-hari yang cukup tinggi.

b. Pendidikan Gizi Anak

1) Makanan yang Halal dan Thayyib

Allah SWT memerintahkan agar umat Islam mengonsumsi makanan yang sifatnya “halal” dan “*thayyib*”.

Kata “halal” berasal dari akar kata yang berarti “lepas” atau “tidak terikat”. Karena itu kata halal juga berarti “boleh”. Kata “*thayyib*” dari sisi bahasa berarti lezat, baik, sehat, dan menentramkan (paling utama). Para ulama menyebutkan bahwa makanan yang “*thayyib*” berarti makanan yang tidak kotor dari segi zatnya atau rusak (kadaluarsa), atau dicampuri benda najis.¹⁷

Makanan *thayyib* dapat diartikan sebagai makana yang sehat dan aman. Makanan yang sehat adalah makanan yang mempunyai zat gizi yang cukup dan seimbang. Selain makanan yang sehat dianjurkan juga makan makanan yang aman. Makanan yang aman

¹⁶ G. Kartasapoetra, dkk., *Ilmu Gizi (Korelasi Gizi, Kesehatan, dan Produktivitas Kerja)*, Jakarta: Rineka Cipta, 2008), hlm. 1

¹⁷ Heny Nuraini, *Memilih & Membuat Jajanan Anak yang Sehat & Halal*, (Jakarta: AltumMedia, 2007), hlm. 13

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

merupakan aman yang tidak mengandung zat perusak dalam tubuh. Dapat diartikan makanan yang sehat adalah makanan yang mempunyai zat gizi yang cukup dan seimbang, serta tidak mengandung unsur yang berbahaya dan merusak kesehatan.

Dalam Al-Qur'an surah Al-Baqarah ayat 168 Allah berfirman:

يَا أَيُّهَا النَّاسُ كُلُوا مِمَّا فِي الْأَرْضِ حَلَالًا طَيِّبًا
وَلَا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ ۚ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ
مُبِينٌ

Artinya:

*Wahai manusia! Makanlah dari (makanan) yang halal dan baik yang terdapat di bumi, dan janganlah kamu mengikuti langkah-langkah setan. Sungguh, setan itu musuh yang nyata bagimu.*¹⁸

Pemberian pengetahuan terhadap anak tentang makanan halal dan *thayyib* dengan cara mengemukakan sesuai tingkatan nalar anak. Pemberian pengetahuan ini dilakukan secara dipraktikkan secara berulang-ulang. Dengan adanya pembelajaran secara berulang anak mampu mengingat dan menangkap hal-hal yang diajarkan kepada anak.

2) Tanggung Jawab Sekolah Dalam Pengenalan Gizi Anak

¹⁸ Al-Qur'an surah Al-Baqarah Ayat: 168

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Sekolah memiliki tanggung jawab untuk mengarahkan pembiasaan dan cara makan yang lebih baik. Maksudnya adalah sebagai sasaran memengaruhi perilaku anak, sehingga dapat menerapkan pengetahuan gizi dalam kebiasaan makan sehari-hari. Diketahui bahwa kebiasaan makan seseorang adalah hasil dari pengalamannya masa lampau.¹⁹

Sebagian besar kebiasaan makan ditentukan oleh kebiasaan makannya sewaktu kanak-kanak, selebihnya adalah pengaruh antara lain pendidikan, media masa, bacaan, pengalaman dalam bermasyarakat di lain tempat.²⁰ Dapat diartikan bahwa ada tiga pokok yang mempengaruhi kebiasaan makan anak yaitu pengetahuan, keterampilan, dan sikap.

Pendidikan gizi pada anak usia dini yang dilakukan oleh guru dapat dimulai dari pengenalan makanan kepada anak, dan pemberian asupan makanan yang bergizi. Penggunaan makanan yang sehat dapat mempengaruhi aktivitas dan kondisi fisik pada anak usia dini. Dengan adanya pendidikan gizi di TK dapat memberi pengetahuan anak terhadap perbedaan gizi pada makanan akan membuat anak mendapatkan pengetahuan tentang makanan sehat dan bergizi sesuai kebutuhan.

c. Pengukuran Status Gizi Anak

¹⁹ Soegeng Santoso, Anne Lies Ranti., *Kesehatan dan Gizi*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2014)

h: 143

²⁰ *Ibid.*, 144

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Status gizi anak adalah salah satu tolak ukur penilaian tercukupinya kebutuhan asupan gizi harian serta penggunaan zat gizi tersebut oleh tubuh. Jika asupan nutrisi anak senantiasa terpenuhi dan digunakan seoptimal mungkin, tentu tumbuh kembangnya akan optimal.

	Golongan Umur (tahun) (kg)	Berat Badan (Kg)
T a	0.5 – 1 tahun	8.0
	1 – 3 tahun	11.5
	4 – 6 tahun	16.5
	7 – 9 tahun	23.0

bel. 2.1 Usia dan Badan

Untuk mengetahui apakah seorang anak tumbuh normal atau tidak maka perlu diperhatikan perbedaan kemampuan pertumbuhan pada tiap anak.

Tabel. 2.2 perbandingan tinggi badan dan pertumbuhan

Umur (tahun)	Tinggi Badan (cm)	Pertumbuhan (cm/tahun)
1	73.1	21.7
2	90.0	16.0
3	98.8	8.8
4	105.2	6.4
5	111.7	6.5
6	117.8	6.1
7	124.3	6.5
8	130.8	6.5
9	137.0	6.2
10	141.9	5.1
11	146.9	4.5
12	149.9	3.5
13	155.3	5.4
14	162.9	7.6
15	175.0	12.1 ²¹

²¹ *Ibid.*, hlm: 5-6

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Pengukuran status gizi juga dapat dilihat dari klasifikasi pengukuran berdasarkan lingkaran lengan atas, sebagai berikut:

Tabel. 2.3 Standar baku lingkaran lengan atas (LLA) menurut usia berdasarkan pengukuran wolanski

Usia		Standar (dalam cm)	85% (dalam cm)	70% (dalam cm)
Tahun	Bulan			
0	6-8	14,75	12,50	10,50
0	9-11	15,1	13,25	11,00
1 -		16,0	13,50	11,25
2 -		16,25	13,75	11,50
3 -		16,50	14,00	11,60
4 -		16,75	14,25	11,75
5 -		17,0	14,50	12,00

Keterangan:

- Gizi Baik, apabila LLA bayi/ anak menurut usianya lebih dari 85% standard wolanski.
- Gizi Kurang, apabila LLA bayi/anak menurut usianya berada diantara 70, 1%-85% standard wolanski.
- Gizi Buruk, apabila LLA bayi/anak menurut usia 70% atau kurang dari standard wolanski.²²

Berdasarkan pernyataan di atas dapat dilihat bahwa pertumbuhan dan perkembangan anak dapat dilihat dari hasil status gizi. Pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini adalah salah satu yang dijadikan sebagai tolak ukur status gizi anak. Makanan yang mengandung gizi yang baik dan sesuai dengan kebutuhan gizi untuk tubuh akan menghasilkan pertumbuhan dan perkembangan yang baik bagi anak. pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini sangat perlu

²² Koes Irianto, *Op. Cit.*, hlm. 627-628

diperhatikan untuk menghasilkan tumbuh dan kembang anak sesuai usia dan juga sesuai kebutuhan tubuhnya.

2. Pengetahuan Kesehatan

a. Pengertian Kesehatan

Kesehatan adalah keadaan sejahtera dari badan, jiwa, dan sosial yang memungkinkan setiap orang untuk hidup produktif secara sosial dan ekonomis.²³ *World Health Organization* (WHO) menyatakan sehat adalah keadaan sejahtera jasmani, jiwa dan sosial yang sempurna dan bukan hanya keadaan tanpa penyakit. Jadi, sehat secara menyeluruh melibatkan faktor fisik, mental dan sosial.²⁴

Sehat adalah keadaan utuh yang dinamis dalam daur kehidupan, dimana manusia dapat berfungsi dan menyesuaikan diri secara terus-menerus terhadap perubahan yang timbul, untuk memenuhi kebutuhan esensial dalam hidup sehari-hari. Sehat merupakan suatu keadaan yang terdapat selama masa tumbuh kembang manusia. Keadaan tersebut tidak selalu berjalan lancar, kadang-kadang mengalami gangguan.

Sehat mencakup manusia seutuhnya, meliputi segi-segi fisik, emosi, sosial, dan spiritual. Setiap pribadi dalam masa tumbuh kembang, selalu berusaha untuk mengadaptasi diri terhadap ketegangan (stres) di lingkungan atau tempat dimana ia

²³ Koes Irianto, *Loc. Cit.*, hlm. 2

²⁴ *Undang-undang Republik Indonesia tentang Kesehatan Nomor 36 tahun 2009*

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

berada, dan berkerja sesuai dengan pola budaya lingkungan tersebut.

Sehat bukan hanya bebas dari penyakit, tetapi meliputi seluruh kehidupan manusia, termasuk aspek sosial, psikologis, spiritual, faktor-faktor lingkungan, ekonomi, pendidikan, dan rekreasi. Bila salah satu faktor diatas tidak terpenuhi atau terganggu, dapat menyebabkan gangguan perasaan yang akan menimbulkan keadaan tidak sehat walaupun tidak dapat penyakit atau keadaan patologis persepsi seseorang terhadap keadaan sehat berbeda-beda, dipengaruhi oleh latar belakang pendidikan dan budayanya.

Keadaan sehat dapat juga diartikan sebagai dapat menghirup udara segar, makan lezat bergizi, berjumpa dengan teman-teman di sekolah. Selalu hadir dan ikut aktif pada tiap kesempatan. Berolahraga, latihan kesenian atau tari, dan kegiatan lainnya yang menguntungkan. Hidup sehat dan segar tidak datang dengan sendirinya. Sehat itu harus diusahakan.²⁵

Dapat ditafsirkan bahwa kesehatan adalah harta yang tidak ternilai. Kesehatan individu atau diri sendiri dapat terwujud apabila seseorang menjaga kesehatan tubuh. Sehat juga mencakup dari bentuk spiritual, emosional, serta sosial yang baik terhadap sesama. Berbahagia dengan menyongsong hidup tiap hari. Penuh rasa terima kasih dan selalu bersyukur kepada Allah SWT.

²⁵ Koes Irianto, *Loc. Cit*, hlm. 175

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

b. Ciri-ciri Anak Sehat

Anak yang sehat akan mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang normal dan wajar, yaitu sesuai standar pertumbuhan fisik anak pada umumnya dan memiliki kemampuan sesuai standar kemampuan anak seusianya.

Adapun ciri-ciri anak sehat adalah:

- 1) Tumbuh dengan baik, yang dapat dilihat dari naiknya berat dan tinggi badan secara teratur dan proposional.
- 2) Tingkat perkembangannya sesuai dengan tingkat umurnya.
- 3) Tampak aktif/gesit dan gembira.
- 4) Mata bersih dan bersinar.
- 5) Nafsu makan baik.
- 6) Bibir dan lidah tampak segar, pernapasan tidak berbau.
- 7) Kulit dan rambut tampak bersih dan tidak kering.
- 8) Mudah menyesuaikan diri dengan lingkungan.²⁶

Berdasarkan ciri-ciri di atas dapat diartikan anak yang sehat adalah anak yang tampak senang, mau bermain, berlari, berteriak, meloncat, memanjat, tidak berdiam saja. Anak yang sehat kelihatan berseri-seri, kreatif, dan selalu ingin mencoba sesuatu yang ada disekelilingnya. Jika ada sesuatu yang tidak diketahuinya ia bertanya, sehingga pengetahuan yang dimilikinya selalu bertambah.

c. Pemeliharaan Kesehatan

Untuk menjaga diri agar tetap sehat, maka perlu melakukan pemeliharaan kesehatan, antara lain:

a) Kesehatan Lingkungan

²⁶ Soegeng Santoso, Anne Lies Ranti., *Op. Cit*, hlm: 1-3

Lingkungan memiliki pengaruh yang paling dominan terhadap tingkatan kesehatan masyarakat. Pemeliharaan kesehatan lingkungan di sekolah TK di titik beratkan kepada pengawasan terhadap berbagai faktor lingkungan yang memudahkan timbulnya penyakit atau mempengaruhi derajat kesehatan anak TK.²⁷ Hal ini tidak terlepas dari perilaku guru dan anak dalam menjaga kebersihan diri dan lingkungannya.

Penjagaan lingkungan misalnya pada lingkungan bermain, alat permainan diatur secara rapi. Selesai bermain, alat dikembalikan ke tempat semula, dan hal ini dibiasakan kepada anak. Penjagaan lain adalah membiasakan anak menjaga kebersihan diri. Jika kebiasaan bersih sudah ditanamkan sejak dini, maka etika dewasa akan berperilaku sesuai dengan norma kebersihan. Hal ini juga berlaku dalam hal berpakaian, makan, dan semua kegiatan anak sehari-hari.

b) *Kesehatan Gigi*

Sejak kecil anak dilatih mengenai kebersihan giginya. Sebelum tidur, bangun tidur, dan sesudah makan, gigi dibersihkan dengan menggunakan sikat gigi yang baik dan pasta gigi yang sesuai.

Cara menggosok gigi yang benar adalah sebagai berikut:

- 1) Menggosok gigi rahang bawah.

²⁷ *Ibid.*, hlm: 18-19

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- 2) Menggosok permukaan gusi yang menghadap ke pipi/bibir. Sikat gigi digerakkan dengan maju mundurnya yang pendek. Gosok dahulu gigi yang terletak dibelakang.
- 3) Menggosok permukaan gigi yang menghadap ke lidah.
- 4) Menggosok dataran pengunyah dari gigi-gigi rahang atas maupun bawah digosok dengan maju-mundur.²⁸

Menjaga kesehatan gigi dan mulut sejak dini sangat penting untuk anak-anak, karena kesehatan gigi merupakan faktor penting dalam pertumbuhan dan perkembangan anak. Menjaga kesehatan gigi tidak hanya dengan menggosok gigi saja. Menjaga kesehatan gigi dapat dilakukan dengan tidak memberikan makanan yang manis ketika hendak tidur malam, dan menjaga kesehatan gigi juga dapat dilakukan pemeriksaan gigi secara rutin.

c) **Kesehatan mata**

Dalam menjaga kesehatannya yang harus dilakukan secara teratur dan benar. Perlu diperhatikan kualitas makanan, mengandung vitamin A atau provitamin A. Sebaiknya anak diberikan kesempatan tidur yang cukup, agar mata dapat beristirahat.²⁹

Menjaga kesehatan mata pada anak tidak hanya dilakukan dengan memberikan asupan vitamin A dan memberikan kesempatan tidur yang cukup saja. Menjaga kesehatan pada nak

²⁸ *Ibid.*, hlm: 20-25

²⁹ *Ibid.*, hlm: 26

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dapat dilakukan dengan menjaga anak dari pandangan gadget yang terlalu lama dan melakukan pemeriksaan secara rutin untuk mendeteksi gangguan pada mata anak.

d) Kesehatan Jasmani

Pemeliharaan kesegaran jasmani dilakukan melalui kegiatan olahraga yang teratur. Olahraga merangsang produksi hormon pertumbuhan, yang berperan penting dalam proses pertumbuhan, aktivitas fisik yang cukup jaringan otot juga akan lebih membesar.

Untuk kegiatan olah raga anak TK dapat dilakukan permainan antara lain:

- 1) Permainan lompat tali.
- 2) Permainan lari jongkok.
- 3) Permainan petak umpat.
- 4) Permainan kucing-kucinagan/bersembunyi.
- 5) Bermain bola (melempar, menagkap, menendang).³⁰

Kegiatan olahraga tersebut dapat meningkatkan kesehatan tubuh anak. Permainan lompat tali adalah permainan yang melibatkan kekuatan kaki yang sebagai tumpuan kekuatan keseimbangan saat melompat. Kemudian permainan lari jongkok, ialah permainan yang juga memerlukan kekuatan kaki sebagai tumpuan utama dalam permainan ini. Permainan ini dilakukan dengan posisi jongkok. Dari beberapa bentuk permainan di atas adalah permainan yang dapat merangsang kecerdasan motorik anak.

³⁰ *Ibid.*, hlm: 32-33

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Penelitian Yang Relevan

Penelitian yang relevan dilakukan dengan maksud menghindari duplikasi pada desain yang ditemukan peneliti disamping untuk menunjukkan pada keaslian bagi peneliti yang sesuai karena peneliti memperoleh gambaran dan perbandingan yang telah dilaksanakan. Setelah peneliti membaca dan mempelajari karya ilmiah sebelumnya, hanya sedikit yang relevan. Diantara penelitian yang penulis buat ini relevan beberapa peneliti diantaranya:

1. Dewi Nurchayati, Ratna Wahyu Pusari “*Upaya Meningkatkan Pengetahuan Makanan Sehat Melalui Penerapan Sentra Cooking Pada Kelompok Bermain B Di PAUD Baitus Shibyaaan Kecamatan Bergas Kabupaten Semarang Tahun Ajaran 2014/2015*”. Penelitian tindakan kelas ini dilaksanakan di KB B PAUD Baitusshibyaan Kecamatan Bergas Kabupaten Semarang Tahun Ajaran 2014/2015. Subjek penelitian ini adalah siswa KB B PAUD Baitusshibyaan Kecamatan Bergas dengan jumlah siswa 10 anak yang terdiri dari 4 siswa laki-laki dan 6 siswa perempuan. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi, dokumentasi, dan wawancara. Alat pengumpulan data menggunakan lembar observasi dan kamera untuk mendokumentasikan kegiatan pembelajaran. Analisis data dalam penelitian tindakan kelas ini menggunakan analisis kualitatif. Terhadap peningkatan pengetahuan anak dianalisis secara kuantitatif dengan memberikan skor (1, 2, dan 3). Indikator kinerja dalam

penelitian ini adalah 75% dengan hasil kategori baik. Penelitian ini dilaksanakan dalam dua siklus dimana masing-masing siklus terdiri dari: perencanaan (*planning*), pelaksanaan (*acting*), observasi (*observing*), dan refleksi (*refleccing*). Siklus I dilaksanakan dengan kegiatan memasak makanan sehat dalam kelompok 5 anak sedangkan siklus II kegiatan memasak makanan sehat dilaksanakan secara individu.³¹

Adapun persamaan penelitian Dewi Nurchayati, Ratna Wahyu Pusari dengan penelitian yang dilakukan oleh penulis yaitu sama-sama bertujuan untuk mengetahui pengetahuan gizi pada anak. Sedangkan perbedaan terletak pada bagian aspeknya Dewi Nurchayati, Ratna Wahyu Pusari lebih fokus pada upaya meningkatkan pengetahuan makanan sehat. Sedangkan penulis lebih fokus pada urgensi pengetahuan gizi dalam peningkatan kesehatan anak usia dini dan dalam penelitian Dewi Nurchayati, Ratna Wahyu Pusari menggunakan PTK sedangkan, penulis menggunakan penelitian *Library* atau pustaka.

2. Nurul Huda, Widya Novi Angga Dewi, “*Hubungan antara Tingkat Asupan Gizi dan Perkembangan Motorik Kasar pada Anak Usia 4-6 Tahun di Kota Semarang*”. Jenis penelitian merupakan studi observasional analitik dengan melakukan pendekatan *Cross Sectional Study*. Pendekatan ini dimaksudkan untuk melihat hubungan antara

³¹ Dewi Nurchayati, Ratna Wahyu Pusari., *Op. Cit.*, hlm. 162

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

variabel independen dengan variabel dependen pada sampel dari suatu populasi pada saat ini dalam waktu yang sama dengan tujuan untuk mengetahui hubungan asupan gizi dengan perkembangan motorik kasar anak. Variabel independen yaitu asupan gizi yang terdiri dari energy, karbohidrat, lemak, protein, besi (*Fe*) dan seng (*Zinc*), sedangkan variabel dependen adalah status perkembangan motorik kasar anak usia 4-6 tahundi Kota Semarang.

Populasi dalam penelitian adalah seluruh anak usia 4-6 tahun yang berjumlah 1278 anak. Dengan memakai uji hipotesis beda dua proporsi maka sampel yang diambil berjumlah 66 anak. Instrumen yang digunakan pada penelitian ini menggunakan kuesioner yang disusun yang berisikan daftar bahan makanan (sumber energi, protein, lemak, besi dan seng) yang memiliki kadar zat tinggi dari masing-masing sumber yang diperlukan untuk penelitian, frekuensi penggunaan bahan makanan pada periode tertentu dan porsi per setiap kali konsumsi sesuai dengan Ukuran Rumah Tangga. Teknik pengumpulan data didapatkan dari data primer. Data primer dikumpulkan melalui wawancara dan observasi menggunakan kuesioner yang mencakup pertanyaan mengenai asupan makanan. Pengolahan data dengan tahapan: editing, coding, entry, cleaning data. Teknik yang digunakan adalah analisis univariate digunakan untuk mengetahui gambaran distribusi data masing-masing variabel.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Sedangkan analisis bivariate untuk melihat apakah ada hubungan yang bermakna pada tiap variabel amatan.³²

Adapun persamaan penelitian Nurul Huda, Widya Novi Angga Dewi dengan penelitian yang dilakukan oleh penulis yaitu sama-sama bertujuan untuk meningkatkan gizi pada anak. Sedangkan perbedaan ta Nurul Huda, Widya Novi Angga Dewi Jenis penelitian merupakan studi observasional analitik, dan lebih fokus pada hubungan antara tingkat asupan gizi dan perkembangan motorik kasar pada anak usia 4-6 tahun. Sedangkan penulis lebih fokus pada urgensi pengetahuan gizi dalam peningkatan kesehatan anak usia dini, dan jenis penelitian penulis menggunakan penelitian *Library* atau pustaka.

3. Dinar Nur Inten, Andalusia Neneng Permatasari, "*Literasi Kesehatan pada Anak Usia Dini melalui Kegiatan Eating Clean*". Metode yang digunakan peneliti dalam penelitian ini adalah deskriptif analisis, yaitu menggambarkan keadaan di lapangan berupa kegiatan eating clean, menyandingkan antara teori dari ahli dengan hasil observasi, wawancara dan hasil penyebaran angket kegiatan *eating clean* pada 20 orang guru dan orang tua. Selanjutnya, pada akhirnya melaporkan

³² Nurul Huda, Widya Novi Angga Dewi., *Hubungan antara Tingkat Asupan Gizi dan Perkembangan Motorik Kasar pada Anak Usia 4-6 Tahun di Kota Semarang*, Journal of SECE (Studies in Early Childhood Education), PG-PAUD IKIP Veteran Semarang: Semarang, Vol. 1 No. 1, Nov 2018, hlm. 153 (Online) <http://e-journal.ivet.ac.id>

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

hasil obeservasi dan angket dalam bentuk narasi yang disandingkan dengan teori dari para ahli.³³

Penelitian Dinar Nur Inten, Andalusia Neneng Permatasari dengan penelitian yang dilakukan oleh penulis yaitu sama-sama bertujuan untuk peningkatan kesehatan pada anak usia dini. Perbedaan penelitian Dinar Nur Inten, Andalusia Neneng Permatasari menggunakan jenis penelitin deskriptif dan berfokus pada literasi kesehatan pada anak usia dini melalui kegiatan *eating clean*. Sedangkan penulis lebih fokus pada urgensi pengetahuan gizi dalam peningkatan kesehatan anak usia dini dengan menggunakan jenis penelitian *Library*.

4. Muhammad Kasim Aidid, Sulaiman, dan Syafruddin, “*Pengaruh Pemberian Pola Makanan Sehat Terhadap Status Gizi Anak Anak Didik Tk Bunga Asya*”. Tujuan penelitian ini adalah a) untuk mendeskripsikan penerapan pola makanan sehat anak didik TK Bunga; b) untuk Melihat pengaruh penerapan pola makanan sehat terhadap status gizi anak didik TK Bunga Asya menggunakan uji statistik; c) untuk Mengetahui besar pengaruh penerapan pola makanan sehat terhadap status gizi anak didik TK Bunga Asya dengan menggunakan uji statistik. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode regresi linear. Hasil yang diperoleh memperlihatkan bahwa ada pengaruh positif penerapan pola makanan sehat terhadap

³³ Dinar Nur Inten, Andalusia Neneng Permatasari, *Literasi Kesehatan pada Anak Usia Dini melalui Kegiatan Eating Clean*, Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, Universitas Pahlawan, Vol. 3 No 2, Tahun 2019, hlm. 372-374 (Online) <https://obsesi.or.id>

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

berat dan tinggi badan anak didik TK Bunga Asya Tamalanrea Makassar.

Pada penelitian ini digunakan data anak didik Taman Kanak-Kanak Bunga Asya yang terdiri dari 20 orang. Dapat dideskripsikan bahwa 95 % atau 19 dari 20 orang anak didik TK Bunga Asya mengalami peningkatan berat badan setelah diterapkan pola makanan sehat di Sekolah, hanya 5 % atau satu orang yang berat badannya tetap pada 5 bulan pertama sekolah tetapi pada penimbangan berat badan bulan keenam, anak tersebut sudah mengalami peningkatan berat badan. Hal ini menunjukkan bahwa “Ada pengaruh positif penerapan pola makanan sehat di Sekolah dengan peningkatan berat badan 20 orang Anak Didik TK Bunga Asya”.

Penerapan bekal makan yang sehat bagi anak usia dini merupakan tindakan yang sangat bijaksana, selain mencukupi kebutuhan gizi, bekal makanan merupakan cara menghindar jajanan yang belum tentu sehat. Anak-anak di TK Bunga Asya Sudah Mulai memahami bekal jajanan yang baik dan tidak baik, serta menjadi kontrol bagi dirinya, temannya, maupun orang tuanya.³⁴

Penelitian Muhammad Kasim Aidid, Sulaiman, dan Syafruddin, dengan penelitian yang dilakukan oleh penulis yaitu sama-sama bertujuan untuk pengetahuan gizi pada anak usia dini. Perbedaan

³⁴ Muhammad Kasim Aidid, Sulaiman, dan Syafruddin, *Pengaruh Pemberian Pola Makanan Sehat Terhadap Status Gizi Anak Anak Didik Tk Bunga Asya*, Jurnal Scientific Pinisi, Volume 3, Nomor 1, April 2017, hlm. 17-26, (Online).
<https://ojs.unm.ac.id/pinisi/article/download/4377/2522>

penelitian Dinar Nur Inten, Andalusia Neneng Permatasari menggunakan jenis penelitian metode regresi linear dan berfokus pada status gizi anak. Sedangkan penulis lebih fokus pada pengetahuan gizi dan peningkatan kesehatan anak usia dini dengan menggunakan jenis penelitian *Library*.



UIN SUSKA RIAU

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB III

METODE PENELITIAN

Pendekatan Penelitian

Penelitian ini merupakan jenis riset kepustakaan (*library research*), yang disebut dengan riset kepustakaan atau sering juga disebut studi pustaka, ialah serangkaian kegiatan yang berkenaan dengan metode pengumpulan data pustaka, membaca dan mencatat serta mengolah bahan penelitian.³⁵

Menurut Amir Hamzah dalam buku *Metode Penelitian Kepustakaan (Library Research)* penelitian kepustakaan merupakan penelitian yang identik dengan kegiatan analisis teks atau wacana yang menyelidiki suatu peristiwa, baik perbuatan atau tulisan yang diteliti untuk mendapatkan fakta-fakta yang tepat (menemukan asal-usul, sebab, penyebab sebenarnya, dan sebagainya).³⁶

Dari penjelasan di atas dapat dipahami bahwa penelitian kepustakaan tidak hanya kegiatan membaca dan mencatat data-data yang telah dikumpulkan. Tetapi penelitian kepustakaan adalah kegiatan penelitian yang dilakukan dengan cara mengumpulkan informasi dan data dengan berbagai macam material yang ada di perpustakaan seperti buku referensi, hasil penelitian sebelumnya yang sejenis, artikel, catatan, serta berbagai jurnal dan tesis yang berkaitan dengan permasalahan yang ingin dipecahkan.

³⁵ Mestika Zed, *Metode Penelitian Kepustakaan*, (Jakarta: Yayasan Obor Indonesia, 2008), hlm. 3

³⁶ Amir Hamzah, *Metode Penelitian Kepustakaan (Library Research) Kajian Filosofis, Teoritis, Aplikasi, Proses, dan Hasil Penelitian*, (Malang: Literasi Nusantara Abadi, 2020), hlm. 7

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Kegiatan ini dilakukan secara sistematis untuk mengumpulkan, mengolah, serta menyimpulkan data dengan menggunakan metode/teknik tertentu guna mencari jawaban atas permasalahan yang diteliti.

Ada empat langkah penelitian kepustakaan yaitu:

1. Menyiapkan alat perlengkapan. Alat perlengkapan dalam penelitian kepustakaan berupa pensil atau pulpen dan kertas catatan.
2. Menyusun bibliografi kerja, bibliografi kerja ialah catatan mengenai bahan sumber utama yang akan dipergunakan untuk kepentingan penelitian.
3. Mengatur waktu, dalam hal mengatur waktu ini, tergantung personal yang memanfaatkan waktu yang ada, bisa saja merencanakan berapa jam satu hari, satu bulan, terserah bagi personal yang bersangkutan memanfaatkan waktunya.
4. Membaca dan membuat catatan penelitian, artinya apa yang dibutuhkan dalam penelitian tersebut dapat dicatat, supaya tidak bingung dalam lautan buku yang begitu banyak jenis dan bentuknya.³⁷

B. Sumber Data

Untuk mendapatkan jawaban terhadap persoalan yang telah dipilih dan sejalan dengan manfaat penelitian di atas, maka penulis mengumpulkan data yang diperlukan dan sejalan dengan objek penelitian. Informasi data dalam penelitian pengetahuan gizi dalam peningkatan kesehatan anak usia dini, penulis mengklasifikasikan dua sumber data, yaitu dokumen primer dan dokumen sekunder.

1. Dokumen Primer

Dokumen primer adalah bahan pustaka yang menjadi kajian utama atau pokok penelitian.³⁸ Dalam penelitian ini, peneliti diambil

³⁷ Mestika Zed, *Op. Cit.*, hlm: 17-22

³⁸ Amir Hamzah., *Op. Cit.*, hlm. 58

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

beberapa data primer yang digunakan sebagai data utama. Data yang primer yang digunakan yaitu:

- 1) Soegeng Santoso, Anne Lies Ranti., *Kesehatan dan Gizi*, Jakarta: Rineka Cipta, 2014.
- 2) Koes Irianto, *Ilimu Kesehatan Anak*, (Bandung: Alfabete, 2014.

2. Dokumen Sekunder

Dokumen sekunder adalah dokumen-dokumen yang dapat menjelaskan tentang dokumen primer.³⁹ Dalam studi ini data sekundernya adalah buku-buku yang mendukung penulis untuk melengkapi isi serta interpretasi dari buku dari sumber data primer.

Data sekunder dari penelitian, yaitu:

- 1) Hadi Siswanto, *Jurnal Cakrawala Pendidikan: Pendidikan Kesehatan Unsur Utama Dalam Pendidikan Anak Usia Din*, (FIKES Universitas Respati Indonesia Jakarta: Jakarta, 2012), Vol. XXXI No. 2, Tahun 2012 (*Online*)
- 2) A. Aziz Alimul Hidayat, *Pengantar Ilmu Kesehatan Anak untuk Pendidikan Kebidanan*, Salemba Medika: Jakarta, 2008. (*Online*)
- 3) Elya Robiatul Adawiyah, Euis Kurniati, Nur Faizah Romadona, *Jurnal Ilmu Pendidikan dan Pengajaran: Efektivitas Pendidikan Gizi Melalui Media Video Dalam Meningkatkan Pengetahuan*

³⁹ Amir Hamzah., *Loc. Cit.*, hlm. 58

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Gizi Anak Usia Dini*, (Universitas Pendidikan Indonesia: Bandung), Vol. 4 No. 1, Maret 2017. (Online)
- 4) Myrnawati, Anita, *Jurnal Pendidikan Usia Dini: Pengaruh Pengetahuan Gizi, Status Sosial Ekonomi, Gaya Hidup Dan Pola Makan Terhadap Status Gizi Anak (Studi Kausal Di Pos Paud Kota Semarang Tahun 2015)*, (Universitas PGRI Semarang: Semarang), Volume 10 Edisi 2, November 2016. (Online)
 - 5) Syafrizar, Wilda Welis, *Ilmu Gizi*, Universitas Padang: Wineka Media, 2008. (Online)
 - 6) Deddy Muchtadi, *Pengantar Ilmu Gizi*, Bandung: Alfabeta, 2014.
 - 7) Ali Khosman, Budi Setiawan, dkk., *Pengantar Pangan dan Gizi*, Penebar Swadaya: Depok, 2010.
 - 8) G. Kartasapoetra, Marsetyo, *Ilmu Gizi (Korelasi Gizi, Kesehatan, dan Produktifitas Kerja)*, Rineka Cipta: Jakarta, 2008.
 - 9) Rusilanti, Mutiara Dahlia, dkk., *Gizi dan Kesehatan Anak Prasekolah*, Remaja Rosdakarya: Bandung, 2015.
 - 10) Herviz Wulandary Pane, Tasnim, Sulfianti, dkk, *Gizi dan Kesehatan*, Yayasan Kita Menulis, 2020. (Online)
 - 11) Diana Mutiah, *Psikologi Bermain Anak Usia Dini*, Kencana: Jakarta, 2010. (Online)

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- 12) A. Aziz Alimul Hidayat, *Pengantar Ilmu Kesehatan Anak untuk Pendidikan Kebidanan*, Salemba Medika: Jakarta, 2008.
(Online)

Teknik Pengumpulan Data

Mirzaqon dan Purwoko mengemukakan teknik pengumpulan data dalam penelitian kepustakaan bisa dengan dokumentasi, yaitu mencari data mengenai hal-hal atau variabel yang berupa catatan, buku, makalah atau artikel, jurnal dan sebagainya.

Pengumpulan data adalah upaya yang dilakukan untuk menghimpun informasi yang relevan dengan topik atau masalah yang akan atau sedang diteliti. Informasi dapat diperoleh dari buku-buku ilmiah, laporan penelitian, keterangan-keterangan ilmiah, tesis, disertasi, peraturan-peraturan, buku tahunan, ensiklopedia, dan sumber-sumber tertulis lainnya.

Beberapa langkah yang dilakukan saat pengumpulan data dalam penelitian kepustakaan sebagai berikut.

1. Menghimpun literatur yang berkaitan dengan tema dan tujuan penelitian.
2. Mengklasifikasi buku-buku, dokumen-dokumen, atau sumber data lain berdasarkan tingkatan kepentingan-sumber primer, sekunder, dan tersier.
3. Mengutip data-data yang diperlukan sesuai fokus penelitian lengkap dengan sumbernya sesuai dengan teknik sitasi ilmiah.
4. Melakukan konfirmasi atau *cross check* data dari sumber utama atau dengan sumber lain untuk kepentingan validitas dan reabilitas.
5. Mengelompokkan data berdasarkan sistematika penelitian.⁴⁰

⁴⁰ Amir Hamzah., *Op. Cit.*, hlm. 59-60

Teknik pengumpulan data yang digunakan untuk mendapatkan data yang memenuhi standar data yang ditetapkan penulis memilih beberapa teknik pengumpulan data yaitu:

1. Buku

Cara data ini dilakukan dengan membaca buku-buku yang menjadi sumber berbagai data dan informasi yang digunakan dalam penelitian. Dengan cara teknik pengumpulan data menggunakan data buku yang berkaitan dengan urgensi pengetahuan gizi dalam peningkatan kesehatan anak usia dini sebagai referensi bagi peneliti.

2. Dokumentasi

Dokumen merupakan catatan peristiwa yang sudah berlalu. Dokumen bisa berbentuk tulisan, gambar, atau karya-karya monumental dari seseorang.⁴¹ Dokumentasi adalah cara yang dilakukan untuk menyelidiki dokumen-dokumen dengan menggunakan bukti yang akurat dari sumber-sumber informasi khusus dari karangan/tulisan, buku, undang-undang dan sebagainya.

3. Mengakses Situs Web

Cara data ini dilakukan dengan menelusuri website/situs yang untuk mendapatkan berbagai data dan informasi yang berhubungan dengan penelitian yang mengenai jurnal-jurnal penelitian tentang gizi, kesehatan, dan teori-teori tentang pengetahuan gizi dan kesehatan yang berguna untuk sebagai referensi bagi peneliti.

⁴¹ Sugiona, *Metode Penelitian Pendidikan (Kuantitatif, Kualitatif, Kombinasi, R&D dan Penelitian)*, (Bandung: Alfabeta, 2019), hlm.430

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Teknik Analisa Data

Analisis (harfiah uraian, pemilihan) ialah upaya sistematis untuk mempelajari pokok persoalan penelitian dengan memilah-milahkan atau menguraikan komponen informasi yang telah dikumpulkan ke dalam bagian-bagian atau unit-unit analisis.⁴²

Menurut Creswell, analisis data adalah proses-proses berkelanjutan yang membutuhkan refleksi terus-menerus terhadap data, mengajukan pertanyaan-pertanyaan analitis, dan menulis catatan singkat sepanjang penelitian. Pengumpulan data yang didasarkan pada pertanyaan-pertanyaan umum, analisis informasi daripada partisipan, dan memerlukan pemahaman untuk menggambarkan teks sehingga dapat menjawab bentuk pertanyaan penelitian.⁴³

Dari pernyataan diatas dapat disimpulkan bahwa analisis data merupakan suatu kegiatan yang menjadi proses penelitian menggunakan data-data dan informasi guna menjadi acuan untuk menjawab pertanyaan permasalahan penelitian bagi peneliti.

Dalam penelitian ini, analisis data yang digunakan adalah analisis isi (*Content Analysis*). Fraenkel & Wallen (2007) menyatakan analisis isi adalah sebuah alat penelitian yang difokuskan pada konten aktual dan fitur internal media. Teknik ini dapat digunakan peneliti untuk mengkaji perilaku manusia secara tidak langsung melalui analisis terhadap komunikasi mereka

⁴² Mestika Zed., *Op. Cit.*, hlm. 70

⁴³ Amir Hamzah., *Op. Cit.*, hlm. 60-61

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

seperti: buku teks, esai, koran, novel, artikel majalah, lagu, gambar iklan dan semua jenis komunikasi yang dapat dianalisis.⁴⁴

Metode analisis teks digunakan untuk mengumpulkan muatan sebuah teks berupa kata-kata, makna gambar, simbol, gagasan, tema, dan segala bentuk pesan yang dapat dikomunikasikan.⁴⁵

Dari paparan di atas peneliti menggunakan metode analisis data berupa analisis isi (*Content Analysis*). Analisis isi ini digunakan untuk mendapatkan inferensi yang valid berdasarkan keperluan penelitian peneliti. Metode analisis isi ini merupakan bentuk analisis yang dilakukan dengan proses memilih, membandingkan, dan menggabungkan berbagai data yang relevan.

⁴⁴ Milya Sari, Asmendri, NATURAL SCIENCE: Jurnal Penelitian Bidang IPA dan Pendidikan IPA, *Penelitian Kepustakaan (Library Research) dalam Penelitian Pendidikan IPA*, Vol. 6 No.2 Tahun 2020, hlm: 47. ISSN: 2715-470X (Online) <https://ejournal.uinib.ac.id>

⁴⁵ Amir Hamzah, *Op. Cit.*, hlm: 74

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB V PENUTUP

Kesimpulan

Gizi merupakan zat makanan yang memiliki proses pemeliharaan sel-sel dalam tubuh guna menjadikan kesejahteraan terhadap pertumbuhan dan perkembangan individu. Gizi mempunyai peranan untuk kesehatan optimal bagi setiap individu. Gizi yang cukup dan seimbang dibutuhkan untuk dapat melakukan setiap kegiatan dengan optimal tanpa mengalami kelelahan.

Anak yang sehat akan mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang normal dan wajar, yaitu sesuai standar pertumbuhan fisik anak pada umumnya dan memiliki kemampuan sesuai standar kemampuan anak. Anak yang sehat biasanya akan mampu belajar dengan baik. Ia banyak berkomunikasi dengan teman, saudara, orang tua, dan orang lain di lingkungannya. Kesehatan anak usia ini dipandang dari pengertian sehat, aktivitas sehari-hari dari waktu ke waktu untuk mencapai peningkatan potensi atau nilai tambah.

Dalam hal ini pengetahuan dalam peningkatan kesehatan anak usia dini sangatlah penting. Karena dalam menjalankan kehidupan seseorang harus tahu terlebih dahulu dasar dari pengetahuan tersebut. Anak perlu diajarkan mengenal adanya macam-macam kebutuhan asupan zat gizi dalam tubuh untuk melakukan aktivitas, penyakit anak, cara mencegah dan penyembuhannya, kebersihan badan, kebersihan lingkungan serta kaitan makanan dengan kesehatan.

Pentingnya pengetahuan gizi dalam peningkatan kesehatan bagi anak usia dini sebagai landasan dasar untuk membantu perkembangan dan pertumbuhan anak. Karena dalam menjalankan kehidupan seseorang harus tahu terlebih dahulu dasar dari pengetahuan tersebut, termaksud dengan pengetahuan gizi dan kesehatan anak usia dini.

Saran

Berdasarkan penelitian riset kepustakaan atau *Library Research* yang telah dilakukan, penulis memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi lembaga pendidikan anak usia dini

Pendidik agar senantiasa berinovasi dalam memberikan informasi, metode, dan strategi pembelajaran yang akan diberikan kepada anak sehingga nilai, pengetahuan gizi dalam peningkatan kesehatan anak usia dini dapat tercapai. Selain itu juga dapat memberikan manfaat bagi anak sebagai bekal pengetahuan gizi dan kesehatan agar dapat diterapkan pada pendidikan selanjutnya.

2. Bagi orang tua

Orang tua haruslah memperhatikan pola asupan anak ketika dirumah. Orang tua lebih peduli lagi terhadap program-program dalam kegiatan pengetahuan gizi dalam peningkatan kesehatan anak usia dini. Kepada orang tua hendaknya memberikan dukungan dan perhatian agar kemampuan anak tidak hanya terasah di sekolah namun juga memberikan manfaat ketika anak berada di lingkup keluarga maupun dalam bermasyarakat.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

3. Bagi Penelitian Selanjutnya

Adapun bagi penelitian selanjutnya yang akan meneliti terkait program pengetahuan gizi dalam peningkatan kesehatan anak usia dini, sebaiknya mengkaji lebih dalam lagi tentang pengetahuan gizi dalam peningkatan kesehatan anak usia dini dan sebaiknya metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian kualitatif agar lebih optimal.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

DAFTAR KEPUSTAKAAN

BUKU:

- Aziz. A, Alimul Hidayat. 2008. *Pengantar Ilmu Kesehatan Anak untuk Pendidikan Kebidanan*. Salemba Medika: Jakarta. (Online) <https://books.google.com>
- Kartasapoetra, dkk. 2008. *Ilmu Gizi (Korelasi Gizi, Kesehatan, dan Produktivitas Kerja)*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Hamzah, Amir. 2020. *Metode Penelitian Kepustakaan (Library Research) Kajian Filosofis, Teoritis, Aplikasi, Proses, dan Hasil Penelitian*. Malang: Literasi Nusantara Abadi.
- Rianto, Koes. 2014. *Ilmu Kesehatan Anak*. Bandung: Alfabete.
- Khosman, Ali. Budi Setiawan, dkk.. 2010. *Pengantar Pangan dan Gizi*. Penebar Swadaya: Depok
- Muchtadi, Deddy. 2014. *Pengantar Ilmu Gizi*. Bandung: Alfabeta,
- Mutiah, Diana. 2010. *Psikologi Bermain Anak Usia Dini*. Kencana: Jakarta. (Online) <https://books.google.com>
- Ramayulis. 2015. *Ilmu Pendidikan Islam*. Jakarta: Kalam Mulia.
- Rasilanti. Mutiara Dahlia, dkk.. 2015. *Gizi dan Kesehatan Anak Prasekolah*. Remaja Rosdakarya: Bandung
- Santoso, Soengeng. Anne Lies Ranti. 2014. *Kesehatan dan Gizi*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Stigiona. 2019. *Metode Penelitian Pendidikan (Kuantitatif, Kualitatif, Kombinasi, R&D dan Penelitian)*. Bandung: Alfabeta.
- Syafrizar. Wilda Welis. 2008. *Ilmu Gizi*. Universitas Padang: Wineka Media. (Online) <http://repository.unp.ac.id>
- Undang-undang Republik Indonesia tentang Kesehatan (Nomor 36 tahun 2009)*
- Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional (2003) Pada Pasal 1 Ayat (14)*

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Wulandary, Herviz Pane. Tasnim. Sulfianti, dkk. 2020 *Gizi dan Kesehatan*. Yayasan Kita Menulis. (Online) <https://books.google.com>

Zed, Mestika. 2008. *Metode Penelitian Kepustakaan*. Jakarta: Yayasan Obor Indonesia



UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

JURNAL:

Abu al-Fadhl Ahmad bin Ali bin Muhammad bin Ahmad bin Hajar al-Asqalani (w.852 H) *Ithraf al-Musnid al-Mu'taly bi Athraf al-Musnad al-Hanbaly*, Juz. 6. Hadis 8153. pdf *Maktabah Syamilah* (Bairut: Dar Ibnu Katsir, tth)

Ahmad bin Abi Bakar bin Ismail al-Bushoiry, *Ittihaf al-Khairah al-Maharah*, Juz. 5, Hadis 329. (pdf *Maktabah Syamilah*)

Huda, Nurul. Widya Novi Angga Dewi. *Hubungan antara Tingkat Asupan Gizi dan Perkembangan Motorik Kasar pada Anak Usia 4-6 Tahun di Kota Semarang*, Journal of SECE (Studies in Early Childhood Education). PG-PAUD IKIP Veteran Semarang: Semarang, Vol. 1 No. 2. <http://e-journal.ivet.ac.id>

Kasim, Muhammad Aidid. Sulaiman. Syafruddin. *Pengaruh Pemberian Pola Makanan Sehat Terhadap Status Gizi Anak Anak Didik Tk Bunga Asya*. Jurnal Scientific Pinisi. Volume 3. Nomor 1. April 2017. <https://ojs.unm.ac.id/pinisi/article/download/4377/2522>

Kuntoro, Apriliana Astuti. *Pelaksanaan Perilaku Sehat Pada Anak Usia Dini Di Paud Purwomukti Desa Batur Kecamatan Getasan*. Scholaria. Vol. 6. No. 3 <https://ejournal.uksw.edu/scholaria/article/download/551/358>

Megawati, Annik. Ema Dwi Hastuti., dkk. *Peningkatan Kualitas Kesehatan Anak Dengan Penerapan Cara Mencuci Tangan Yang Benar Dan Pengenalan Tentang Obat Kepada Anak Usia Dini*. Jurnal Pengabdian Kesehatan. STIKES Cendekia Utama Kudus: Kudus. Vol. 1. No. 1. Januari 2018. <https://jpk.jurnal.stikescendekiautamakudus.ac.id>

Nur, Dinar Inten. Andalusia Neneng Permatasari. Tahun 2019 *Literasi Kesehatan pada Anak Usia Dini melalui Kegiatan Eating Clean*. Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini. Universitas Pahlawan. Vol. 3 No 2. <https://obsesi.or.id>

Nurchayati, Dewi . Ratna Wahyu Pusari. 2015. *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*, Jurnal Penelitian PAUDIA. <https://doi.org/10.26877/paudia.v3i2%20Oktober.510>

Ramadhani. Ratnawati. Alie. *Hubungan Status Gizi Dengan Perkembangan Anak Usia 3-5 Tahun Di Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) Midanutta'lim Desa Mayangan Kecamatan Jogoroto Kabupaten Jombang*, Jurnal Ilmiah Kesehatan. Vol. 10. No. 1. <http://journal.unusa.ac.id>

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Rita Kurnia, *Pendidikan Gizi untuk Anak Usia Dini*, Jurnal: EDUCCHILD, Vol. 4 No. 2 Tahun 2015, hlm. 110. (Online) <https://educhild.ejournal.unri.ac.id/>

Robiatul, Elya Adawiyah. Euis Kurniati. Nur Faizah Romadona. Maret 2017. *Jurnal Ilmu Pendidikan dan Pengajaran: Efektivitas Pendidikan Gizi Melalui Media Video Dalam Meningkatkan Pengetahuan Gizi Anak Usia Dini*. (Universitas Pendidikan Indonesia: Bandung). Vol. 4 No. 1. <http://ejournal.sps.upi.eduindex.phpedusentrisarticleview369215.pdf>

Sari, Milya. Asmendri. Tahun 2020. *NATURAL SCIENCE: Jurnal Penelitian Bidang IPA dan Pendidikan IPA, Penelitian Kepustakaan (Library Research) dalam Penelitian Pendidikan IPA*, Vol. 6 No.2 (Online) <https://ejournal.uinib.ac.id>

Siswanto, Hadi. *Jurnal Cakrawala Pendidikan: Pendidikan Kesehatan Unsur Utama Dalam Pendidikan Anak Usia Din*. FIKES Universitas Respati Indonesia Jakarta: Jakarta. 2012. Vol. XXXI No. 2 (Online) <https://journal.uny.ac.id>

Widyawati. Fatmalina Febry. Suci Destriatania. *Analisis Pemberian MP-ASI Dengan Status Gizi Pada Anak Usia 12-24 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Lesung Batu Empat Lawang*, *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Vol. 7. No. 2. Tahun 2016 (Online) <https://respository.unsri.ac.id>

BIODATA PENULIS



Rizka Juwita lahir di Balai Raja pada tanggal 23 Januari 1999. Anak ketiga dari 3 saudara, dari pasangan Suharyo dan Rukini Maria Ningsih. Penulis menempuh pendidikan formal dimulai dari pendidikan Taman Kanak-kanak di Purbalingga, Jawa Tengah pada tahun 2005, Pendidikan Sekolah Dasar Negeri 06 Pinggir, Balai Raja pada tahun 2011, Pendidikan Menengah Pertama di SMP Negeri 2 Pinggir pada tahun 2014, Pendidikan Menengah Atas di SMA Negeri 2 Mandau pada tahun 2017. Kemudian pada tahun 2017 penulis diterima sebagai mahasiswi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau Program Studi Pendidikan Islam Anak Usia Dini (PIAUD), Fakultas Tarbiyah dan Keguruan.

Waktu demi waktu telah terlewati, pada bulan Maret sampai akhir bulan Mei 2021, penulis melakukan penelitian *Library Research* dengan judul: **Urgensi Pengetahuan Gizi Dalam Peningkatan Kesehatan Anak Usia Dini**, di bawah bimbingan Bapak Dr. Zuhairansyah, S. Ag, M. Ag

Pada tanggal 15 Juli 2021, penulis berhasil memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.) pada sidang Sarjana Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, Jurusan Pendidikan Islam Anak Usia Dini Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, dengan prediket *Cumlaude*

Motto Hidup: “Hidup Hidupilah Hidupmu Sebelum Orang Lain Menghidupi Mu. Because Life Is Not How Much You Change But How Much You Change”.

UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.