



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 milik UIN Suska Riau  
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

# **POLA KONSUMSI BUAH DAN SAYUR UNTUK MENINGKATKAN PERKEMBANGAN FISIK MOTORIK PADA ANAK USIA DINI 5-6 TAHUN TK DAHLIA SUKA MAJU KECAMATAN TAPUNG HILIR**

**SKRIPSI**



**OLEH :**

**KARIKA SAPUTRI**

**NIM. 11910922393**

**UIN SUSKA RIAU**

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU  
PEKANBARU  
1446 H/2025 M**



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 milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

# **POLA KONSUMSI BUAH DAN SAYUR UNTUK MENINGKATKAN PERKEMBANGAN FISIK MOTORIK PADA ANAK USIA DINI 5-6 TAHUN TK DAHLIA SUKA MAJU KECAMATAN TAPUNG HILIR**

Skripsi

Diajukan Untuk Memperoleh Gelar  
Sarjana Pendidikan (S.Pd)



OLEH :

**KARIKA SAPUTRI**

**NIM. 11910922393**

**UIN SUSKA RIAU**

**JURUSAN PENDIDIKAN ISLAM ANAK USIA DINI**

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU**

**PEKANBARU**

**1446 H/2025 M**



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

a. Mengumpulkan hanya untuk keperluan penelitian, penilaian, perbaikan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau ulasan suatu masalah.

Skripsi dengan judul "Pola Konsumsi Buah dan Sayur Untuk Meningkatkan Perkembangan Fisik Motorik Pada Anak Usia Dini 5-6 Tahun TK Dahlia Suka Maju Kecamatan Tapung Hilir" yang ditulis oleh Karika Saputri, NIM. 11910922393 dapat diterima dan disetujui untuk diajukan dalam sidang Munaqasah Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Fiau.

#### PERSETUJUAN

Pekanbaru, 14 Rajab 1446 H  
14 Januari 2025 M

Menyetujui,

Ketua Kajur PIAUD

Dr. Nurhasanah Bakhtiar, M.Ag.

NIP. 197305142001122002

Pembimbing

Nurhayati, M.Pd.

NIP. 198512092023212031

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 "*Pola Konsumsi Buah dan Sayur Untuk Meningkatkan Perkembangan Fisik Motorik Pada Anak Usia Dini 5-6 Tahun TK Dahlia Suka Maju Kecamatan Tapung Hilir*" yang ditulis oleh Karika Saputri NIM. 11910922393 Telah diujikan dalam sidang Munaqosah Fakultas Tarbiyah Dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau pada tanggal 24 Rajab 1446 H Januari 2025 M. Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana pendidikan (S.Pd) pada jurusan Pendidikan Islam Anak Usia Dini.

Pekanbaru, 24 Rajab 1446 H

24 Januari 2025 M

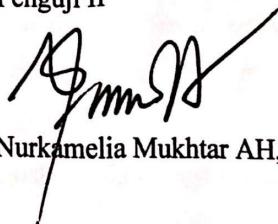
Mengesahkan  
Sidang Munaqosah

Pengaji I



Dr. Nurhasanah Bakhtiar, M. Ag

Pengaji II



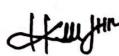
Nurkamelia Mukhtar AH, M.Pd

Pengaji III



Dewi Sri Suryanti, M.S.I

Pengaji IV



Heldanita, S. Pd. I., M.Pd



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.

## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Karika Saputri  
NIM : 11910922393  
Tempat/Tgl Lahir : Kampar, 14 Mei 2000  
Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan  
Prodi : Pendidikan Islam Anak Usia Dini  
Judul Skripsi : Pola Konsumsi Buah Dan Sayur Untuk Meningkatkan Perkembangan Fisik Motorik Pada Anak Usia Dini 5-6 Tahun TK Dahlia Suka Maju Kecamatan Tapung Hilir.

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa:

1. Penulis skripsi dengan judul sebagaimana tersebut adalah hasil pemikiran dan penelitian saya sendiri.
2. Semua kutipan pada karya tulis saya ini disebutkan sumbernya.
3. Oleh karena itu skripsi ini, saya nyatakan bebas dari plagiat.
4. Apabila kemudian hari terbukti plagiat dalam penulisan skripsi saya tersebut, Maka saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan perundang undangan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak manapun juga.

Pekanbaru, 14 Januari 2025

Yang membuat pernyataan



Karika Saputri

NIM. 11910922393

**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.

**KATA PENGANTAR**

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

*Alhamdulillahirobbil'alamin*, segala puji dan syukur kepada Allah SWT atas segala limpahan nikmat diantaranya nikmat sehat, sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul **“POLA KONSUMSI BUAH DAN SAYUR UNTUK MENINGKATKAN PERKEMBANGAN FISIK MOTORIK PADA ANAK USIA DINI 5-6 TAHUN TK DAHLIA SUKA MAJU KECAMATAN TAPUNG HILIR”**. Serta shalawat dan salam tidak lupa ucapan kepada teladan terbaik dunia, yaitu Rasul paling mulia, Muhammad SAW. Semoga dengan perbanyak salam kepadanya akan menjadikan kita salah satu umatnya yang mendapatkan syafaatnya dihari kelak nanti. Amin.

Upaya penyusunan skripsi ini bertujuan untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) pada Jurusan Pendidikan Islam Anak Usia Dini Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Penulisan skripsi ini dapat peneliti selesaikan dengan adanya dukungan dari berbagai pihak. Untuk itu dengan kerendahan hati, ucapan banyak terima kasih dan penghormatan yang tak terhingga kepada kedua Orang Tua saya Bapak Katimo dan Ibu Sunarti. Yang tak henti-hentinya memberikan doa dan dukungan serta kasih sayang yang tulus sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.

Selain itu juga ingin menyatakan dengan penuh hormat ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1 Bapak Prof. Dr. Hairunnas Rajab, M.Ag., selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Ibu Prof. Dr. Hj. Helmianti, M.Ag., Wakil



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.

Rektor I. Bapak Prof. Dr. H. Mas'ud Zein, M.Pd., Wakil Rektor II dan Bapak Prof. Edi Erwan, S.Pt., M.Sc., Ph.D., Wakil Rektor III beserta seluruh Staf.

2. Bapak Dr. H. Kadar, S.Ag., M.Ag., selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan. Bapak Dr. H. Zarkasih, M.Ag., sebagai Wakil Dekan I. Ibu Prof. Dr. Zubaidah Amir, MZ., M.Pd., sebagai Wakil Dekan II. dan Ibu Prof. Dr. Amirah Diniaty, M.Pd Kons., Selaku Wakil Dekan III beserta seluruh staf.

3. Ibu Dr. Hj. Nurhasanah Bakhtiar, M.Ag., selaku Ketua Jurusan Pendidikan Islam Anak Usia Dini. Ibu Nurkamelia Mukhtar, AH., M.Pd., selaku Sekretaris Jurusan Pendidikan Islam Anak Usia Dini beserta staf.

4. Ibu Nurhayati, M.Pd. Sebagai Penasehat Akademik.

5. Ibu Nurhayati, M.Pd. Sebagai Dosen Pembimbing.

6. Bapak Drs. H. Arbi, M.Si., Bapak Drs. Zulkifli, M.Ed., Bapak Dr. Zuhairansyah Arifin, S.Ag., M.Ag., Ibu Dra. Hj. Sariah, M.Pd., Ibu Dr. Hj. Eniwati Khadir, M.Ag., Ibu Hj. Dewi Sri Suryanti, M.S.I., Ibu Nurhayati, M.Pd. Ibu Nurkamelia Mukhtar, AH., Pd., Ibu Heldanita, M.Pd., Dosen Pendidikan Islam Anak Usia Dini Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

7. Kepala Sekolah TK Dahlia Ibu Peristiwati, S.Pd. AUD beserta jajarannya.

8. Keluarga Besar Jurusan Pendidikan Islam Anak Usia Dini.

9. Teman-teman saya kelas PIAUD C angkatan 2019.

Pekanbaru, 14 Januari 2025  
Peneliti

Karika saputri  
NIM. 11910922393

**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**

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Puji syukur kepada ALLAH SWT atas semua nikmat iman dan Islam, atas limpahan rahmat dan karunia serta kemudahan yang engkau berikan akhirnya skripsi yang sederhana ini dapat terselesaikan.

Skripsi ini penulis persembahkan

Teruntuk kedua Orang Tua ku yakni Bapak Katimo dan Ibu Sunarti dan kakak saya Fitri Kasuliarti Dewi Amd. Keb dan dr Katika Susantri beserta Abang saya Sukristianto, yang tiada henti mendoakan dalam setiap sujudnya melimpahkan kasih sayangnya yang memberi tanpa mengharapkan balasan semoga persembahan kecil ini dapat membahagiakan.

Teruntuk Keluarga Besar

Terima kasih atas semua do'a, dukungan, kasih sayang, maupun motivasi semoga dengan gelar ini membuat kalian bangga dan bahagia, semoga juga penulis bisa membahagiakan kalian hingga

ke Jannah, Aamiin... Teruntuk Karika Saputri

Terima kasih sebesar-besarnya untuk diriku sendiri, karena telah bertanggung jawab dalam menyelesaikan apa yang telah di mulai, terima kasih kerena terus berusaha dan tidak menyerah, serta senantiasa menikmati prosesnya yang dibilang tidak mudah terima kasih sudah bertahan.

**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.

**ABSTRAK**

**Karika Saputri, (2024) : Pola Konsumsi Buah dan Sayur Untuk Meningkatkan Perkembangan Fisik Motorik Pada Anak Usia Dini 5-6 Tahun TK Dahlia Suka Maju Kecamatan Tapung Hilir.**

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh pola konsumsi buah dan sayur terhadap perkembangan motorik kasar dan halus pada anak usia 5-6 tahun di TK Dahlia Suka Maju, Kecamatan Tapung Hilir. Metode penelitian yang digunakan adalah observasi dan wawancara dengan kepala sekolah serta wali murid, disertai dengan pemberian arahan kepada anak dan wali murid terkait pentingnya konsumsi buah dan sayur. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar anak mengalami perkembangan motorik kasar yang baik, terutama dalam mengoordinasikan gerakan permainan fisik dan menggunakan kedua tangan secara seimbang. Namun, terdapat beberapa anak yang masih memerlukan pengembangan lebih lanjut dalam keterampilan melompat menggunakan kedua kaki serta melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi. Pada aspek motorik halus, mayoritas anak mampu menirukan bentuk angka dan huruf serta menggunakan alat tulis dengan baik dan benar. Namun, kemampuan dalam melakukan kegiatan menggunting sesuai pola masih rendah. Hasil penelitian ini mengindikasikan bahwa pola konsumsi buah dan sayur yang cukup memiliki dampak positif terhadap perkembangan motorik kasar dan halus anak, karena kandungan vitamin dan mineral dalam buah dan sayur berperan penting dalam perkembangan otot dan koordinasi tubuh. Oleh karena itu, peningkatan konsumsi buah dan sayur perlu didorong melalui edukasi kepada anak dan orang tua untuk mendukung optimalisasi perkembangan motorik anak usia dini.

**Kata Kunci:** *Pola Konsumsi, Buah dan Sayur, Perkembangan Motorik, 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.

**ABSTRACT**

**Karika Saputri, (2024): Fruit and Vegetable Consumption Patterns in Improving Physical Motor Development in 5-6 Years Old Children at Kindergarten of Dahlia Suka Maju, Tapung Hilir District**

This research aimed at analyzing the effect of Fruit and Vegetable consumption patterns in improving physical motor development in 5-6 years old children at Kindergarten of Dahlia Suka Maju, Tapung Hilir District, Kampar Regency. It was qualitative research with descriptive method. The methods used in this research were documentation, direct observation of 17 children, and interviews with the headmaster, homeroom teachers, and guardians. Gross and fine motor developments are important aspects in early childhood development influenced by various factors including nutritional intake. The research findings showed that the majority of children at Kindergarten of Dahlia Suka Maju showed good gross motor skills, especially in the abilities to coordinate physical play movements 87% and to use both hands in balance 78%. The results of fine motor observations at Kindergarten of Dahlia Suka Maju showed that 74% children were able to imitate the shapes of numbers and letters, and 61% children used good and correct writing tools. So, it could be concluded that there was a very important effect of fruit and vegetable consumption patterns toward children physical and motor development at Kindergarten of Dahlia Suka Maju, Tapung Hilir District.

**Keywords:** **Fruit and Vegetable Consumption Patterns, Physical Motor Development**

**UIN SUSKA RIAU**

## ملخص

كاريكَا سافوتري، (٢٠٢٤): **خط استهلاك الفواكه والخضروات لتحسين النمو البدني الحركي لدى الأطفال في سن ٦-٥ سنوات في روضة داهليا سوكا ماجو**

مديرية تابونغ هيلير.

هدف هذه الدراسة إلى تحليل تأثير خط استهلاك الفواكه والخضروات لتحسين النمو البدني الحركي لدى الأطفال في سن ٦-٥ سنوات في روضة داهليا سوكا ماجو، مديرية تابونغ هيلير، منطقة كمفر. اعتمدت الدراسة على البحث النوعي باستخدام المنهج الوصفي. تضمنت طرق جمع البيانات التوثيق، والملاحظة المباشرة لـ ١٧ طفلاً، بالإضافة إلى إجراء مقابلات مع مديرية المدرسة، ومعلمات الصف، وأولياء الأمور. بعد النمو الحركي العام والدقيق جانبيين مهمين في تطور الأطفال، ويتأثران بعوامل عددة، بما في ذلك التغذية. أظهرت نتائج الدراسة أن غالبية الأطفال في روضة داهليا سوكا ماجو أظهروا مهارات حركية عامة جيدة، خاصة في تنسيق حركات الألعاب البدنية بنسبة ٨٧٪، واستخدام كلتا اليدين بشكل متوازن بنسبة ٧٨٪. كما أظهرت ملاحظات النمو الحركي الدقيق أن ٧٤٪ من الأطفال قادرون على تقليد أشكال الأرقام والحروف، بينما ٦١٪ منهم يستخدمون أدوات الكتابة بشكل صحيح. وبناءً على ذلك، يمكن الاستنتاج أن خط استهلاك الفواكه والخضروات له تأثير كبير على النمو البدني الحركي للأطفال في روضة داهليا سوكا ماجو، منطقة تابونغ هيلير.

**الكلمات الأساسية:** خط استهلاك الفواكه والخضروات، النمو البدني الحركي





**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

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

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## DAFTAR ISI

<b>PERSETUJUAN .....</b>	<b>i</b>
<b>PENGESAHAN.....</b>	<b>ii</b>
<b>SURAT PERNYATAAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>iv</b>
<b>PERSEMBAHAN .....</b>	<b>vi</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR .....</b>	<b>xiii</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>xiv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Penegasan Istilah .....	7
1. Pola Konsumsi Makanan .....	7
2. Sayur dan Buah .....	7
3. Perkembangan Fisik Motorik .....	8
C. Rumusan Masalah .....	9
D. Tujuan dan Manfaat Penelitian .....	9
1. Tujuan Penelitian.....	9
2. Manfaat Penelitian.....	9
<b>BAB II LANDASAN TEORI .....</b>	<b>11</b>
A. Pola Konsumsi Makanan.....	11
B. Sayur dan Buah.....	16
C. Perkembangan fisik motorik .....	23
D. Penelitian Yang Relevan .....	31
E. Kerangka Berpikir .....	34
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>36</b>
A. Jenis Penelitian.....	36
B. Lokasi Penelitian .....	37

**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>C. Populasi dan Sampel Penelitian.....</b>	<b>37</b>
1. Populasi Penelitian .....	37
2. Sampel Penelitian .....	38
3. Sumber Data .....	38
4. Teknik Pengumpulan Data .....	40
5. Teknik Analisi Data.....	42
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>45</b>
A. Sejarah TK Dahlia Suka Maju .....	45
B. Profil TK Dahlia Suja Maju .....	46
C. Struktur Kepengurusan Satuan Lembaga TK Dahlia .....	46
D. Data Kelas B1 Tk Dahlia Suka Maju .....	47
E. Hasil Penelitian .....	48
F. Pembahasan .....	56
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>62</b>
A. Kesimpulan .....	62
B. Saran .....	63
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>64</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>68</b>
<b>RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>131</b>

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.

**DAFTAR TABEL**

Tabel 2.1 Porsi Buah Dan Sayur Untuk Balita .....	18
Tabel 2.2 Perkembangan Fisik Motorik Anak Usia Dini 5-6 Tahun .....	27
Tabel 4.1 Profil TK Dahlia Suka Maju .....	46
Tabel 4.2 Struktur Kepengurusan Satuan Lembaga TK Dahlia.....	46
Tabel 4.3 Data Kelas B1 TK Dahlia .....	47
Tabel 4.4 Hasil Observasi Perkembangan Motorik Kasar .....	51
Tabel 4.5 Hasil Observasi Perkembangan Motik Halus .....	55



UIN SUSKA RIAU

© Hak Cipta milik UIN Sultan Syarif Kasim Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

**DAFTAR GAMBAR**

Gambar 2.3 Kerangka Berpikir .....	34
------------------------------------	----

**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.

**DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1 Indikator Penelitian Anak .....	69
Lampiran 2 Pedoman Wawancara Dengan Kepala Sekolah .....	103
Lampiran 3 Pedoman Wawancara Dengan Guru Kelas B2 .....	105
Lampiran 4 Pedoman Wawancara Dengan Wali Murid B1 .....	107
Lampiran 5 Dokumentasi Foto Wawancara Kepala Sekolah Dan Guru .....	114
Lampiran 6 Dokumentasi Foto Wawancara Wali Murid B1 .....	116
Lampiran 7 Dokumentasi Foto Pembiasaan Kegiatan Rutin .....	118
Lampiran 8 Dokumentasi Foto Anak .....	120
Lampiran 9 SK Pembimbing .....	125
Lampiran 10 Izin Melakukan Pra Riset .....	126
Lampiran 11 Surat Balasan Permohonan Izin Melakukan Pra Riset .....	127
Lampiran 12 Mohon Izin Melakukan Riset .....	128
Lampiran 13 Surat Rekomendasi .....	129
Lampiran 14 Kesbangpol .....	130



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**

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

Anak adalah generasi penerus bangsa yang akan menjadi penerus dalam melanjutkan pembangunan di masa yang akan datang. Menurut Undang-undang No. 23/2002: Perlindungan Anak pasal 4 dan pasal 8 menyatakan bahwa “Setiap anak berhak untuk dapat hidup, tumbuh, berkembang, dan berpartisipasi secara wajar sesuai dengan harkat dan martabat kemanusiaan, serta mendapat perlindungan dari kekerasan dan diskriminasi, Setiap anak berhak memperoleh pelayanan kesehatan dan jaminan sosial sesuai dengan kebutuhan fisik, mental, spiritual, dan social”.

Masa anak usia dini merupakan suatu periode yang sangat peka terhadap lingkungan dan masa ini berlangsung dengan sangat pendek. Periode ini disebut sebagai masa keemasan (*the golden period*) perkembangan anak, jendela kesempatan dan masa kritis. Masa ini merupakan masa peka atau sensitif, masa pertumbuhan dan perkembangan yang cepat dan penting, memerlukan zat gizi yang cukup baik secara kualitas maupun kuantitasnya.

Masa kanak-kanak merupakan momen sang anak menghabiskan waktunya untuk bermain. Namun pergerakan anak dibatasi oleh waktu dan pengetahuan teknis serta berbagai peraturan yang menyertainya. Kemampuan seseorang dalam bergerak (mobilitas) dipengaruhi oleh status gizinya sendiri. Kemampuan seseorang dalam melakukan aktivitas akan terpengaruh bila pertumbuhan dan perkembangannya tidak dibarengi dengan gizi yang cukup.

**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.

Manusia sangat membutuhkan pangan karena selain untuk proses pertumbuhan dan perkembangan, pada saat memakan makanan, zat yang diperoleh dari makanan akan diubah jadi energi, lalu dipergunakan manusia dalam beraktivitas. Asupan sayur dan buah pada anak masih sangat rendah, dan banyak yang tidak mematuhi anjuran. Kekurangan dalam mengkonsumsi sayur dan buah pada anak dapat menimbulkan berbagai penyakit di kemudian hari. Rendahnya dalam mengkonsumsi sayur dan buah ini berkaitan dengan meningkatnya resiko terjadinya penyakit kronis seperti penyakit jantung dan diabetes.<sup>1</sup> Kekurangan mengkonsumsi sayur-sayuran dapat menyebabkan masalah pada mata dan bahkan dapat menyebabkan anemia pada anak-anak, yang ditandai dengan gejala lemah, letih, lesu, kurang konsentrasi, dan kehilangan minat.<sup>2</sup> Menyertakan sayur dan buah dalam makanan yang dikonsumsi anak sejak dini sangat penting, karena kebiasaan makan yang dibentuk selama masa anak-anak akan memengaruhi kebiasaan makan saat anak dewasa.<sup>3</sup>

Menurut informasi dari Kementerian Kesehatan RI, anak balita dan anak usia sekolah sebaiknya mengonsumsi sayuran dan buah-buahan sebanyak 300-400 gram. Ini mencakup 250 gram sayur (sama dengan 2,5 porsi atau 2,5 gelas sayur setelah dimasak dan ditiriskan) dan 150 gram buah

<sup>1</sup> Witradharma. (2019). Efektivitas Media Cerita Bergambar (CERGAM) terhadap Pengetahuan, Sikap dan Tindakan Siswa PAUD/TK. *ejurnal* poltekkes tjk SSN 2086-7751 (Print), SSN 2548-5695 (Online), I93 -203. 2019

<sup>2</sup> Ihsan, Wibowo, B. & Sidik, M. (2015). Penyuluhan Pentingnya Sayuran Bagi Anak-Anak Di Tk Aisyiyah Kwadungan, Trowongan, Malangjawan, Colomadu, Karanganyar, Jawatengah. *WARTA*, Vol .18, No.1, 29 -32. 2015

<sup>3</sup> Wardani, (2018). Lagu Edukasi Gizi Lebih Efektif Meningkatkan Pengetahuan Sayur dan Buah Pada Siswa Perempuan. *Jurnal of Health Education*, 99 -I09. 2018

**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.

(setara dengan 3 buah pisang ukuran sedang atau 1,5 potong pepaya ukuran sedang atau 3 buah jeruk ukuran sedang).

Terdapat banyak alasan yang dapat langsung mengakibatkan penurunan konsumsi sayur dan buah, terutama pada anak-anak. Beberapa di antaranya meliputi kurangnya pengenalan sejak usia dini, serta suasana dan penyajian makanan sayur dan buah yang tidak menarik.<sup>4</sup> Pengaruh konsumsi buah dan sayur dalam lingkungan sekolah juga dapat dipengaruhi oleh empat faktor, termasuk faktor individu (pengetahuan dan motivasi individu dalam mengonsumsi buah dan sayur), faktor lingkungan sosial (keluarga dan teman sebaya), faktor lingkungan, dan faktor media massa (melalui strategi pemasaran). Status gizi yang optimal bergantung pada jumlah makanan yang dikonsumsi<sup>5</sup>.

Orang tua juga menjadi faktor yang berperan penting dalam mengkonsumsi sayur dan buah pada anak usia sekolah, karena anak-anak pada usia tersebut lebih sering berada di rumah sehingga makanan yang mereka makan tergantung dengan apa yang disediakan di rumah. Kebanyakan anak-anak lebih menyukai untuk mengonsumsi makanan dengan kandungan lemak jenuh dan energi tinggi lebih dari yang direkomendasikan serta tinggi dalam mengonsumsi makanan minuman dengan pemanis buatan, namun rendah dalam mengonsumsi sayur dan buah.<sup>6</sup>

<sup>4</sup> Pratitasari, D. Makan Sayur Seasyik Bermain. (PT Bentang Pustaka. Yogyakarta, 2010), hlm. 19

<sup>5</sup> Story, M. Individual and environmental influence on adolescent eating behaviors. *Journal of American Diet Association*. Mar; 102 (3 Suppl): S40-51. United States. 2002

<sup>6</sup> Berg, A. Peranan Gizi Dalam Pembangunan Nasional, (CV Rajawali. Jakarta, 1986)

**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.

Peran orang tua sangat penting dalam menjaga kesehatan anak-anak pada usia dini. Mereka berperan sebagai guru pertama, teladan, penyedia keamanan, sumber kasih sayang, dan pemberi pendidikan yang tulus. Orang tua bertanggung jawab untuk memberikan yang terbaik bagi anak-anak mereka. Oleh karena itu, orang tua perlu memiliki pengetahuan tentang kesehatan dan menyadari pentingnya gizi seimbang bagi anak. Anak-anak cenderung memiliki preferensi terhadap makanan yang mereka sukai atau tidak sukai. Sayur dan buah biasanya kurang disukai oleh anak-anak karena variasi warna, bentuk, dan rasa yang ada pada sayur dan buah tersebut, yang mungkin membuat anak kurang tertarik mengonsumsinya.

Pada usia prasekolah, banyak jenis makanan yang umumnya dikonsumsi anak cenderung tinggi karbohidrat, lemak, manis, makanan yang biasa diberikan anak adalah makanan cepat saji dan mudah dikunyah oleh anak seperti roti, kue, nugget, sosis, es krim, permen, serta minuman manis. Untuk memastikan gizi seimbang, penting untuk mengonsumsi sayur dan buah, yang seharusnya menjadi bagian tetap dalam setiap makan. Penting untuk diingat bahwa mengonsumsi sayur dan buah bukan hanya penting bagi orang dewasa, tetapi juga sangat penting di berikan sejak usia anak-anak. Meskipun Indonesia memiliki banyak sayur dan buah, tingkat mengonsumsi sayur dan buah masih rendah dibandingkan dengan negara-negara lain yang tidak seberuntung Indonesia dalam hal sumber daya produksi sayur dan buah.

**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.

Sesungguhnya Allah Swt telah menjelaskan dalam Al qur'an terkait makanan yang harus dikonsumsi oleh manusia yaitu makanan yang halal serta baik, sebagaimana dalam QA. Al-Maidah : 87-88.

يُحِبُّ لَّاَللَّهُ إِنَّمَا تَعْتَدُوا وَلَا لَكُمُ اللَّهُ أَخْلَاءٌ مَا طَيَّبَتْ تُحْرِمُوا لَا أَمْنُوا الَّذِينَ أَتَهَا حَيٍّ

مُؤْمِنُونَ بِهِ أَنْتُمْ أَلَّذِي اللَّهُ وَاتَّقُوا طَيَّباً حَلَّاً اللَّهُ رَزَقَكُمْ إِمَّا وَكُلُّ الْمُعْتَدِلُونَ

Artinya: *Hai orang-orang yang beriman! Janganlah kamu mengharamkan yang baik-baik yang telah dihalalkan Allah untukmu, dan janganlah melampaui batas. Allah tidak menyukai orang-orang yang melampaui batas. Makanlah dari rezeki yang halal dan baik yang telah diberikan Allah kepadamu, dan bertakwalah kepada Allah yang kamu percayai.*

Ayat ini menerangkan bahwa Allah telah menciptakan hal-hal yang baik untuk dinikmati oleh manusia. Meningkatkan karunia Allah tersebut sesuai dengan fitrah manusia disertai bersyukur kepada-Nya merupakan pengamalan syariat Allah. Selain itu juga ditekankan untuk memperhatikan keseimbangan dan selalu memilih yang halal, artinya tidak boleh berlebihan dalam menggunakannya ataupun mengharamkan sesuatu yang baik meskipun dengan tujuan mendekatkan diri kepada-Nya. Maksud dari "makan" dalam ayat ini adalah menikmati, yaitu mencakup meminum dan memakan dari hal-hal yang halal, tidak membahayakan dan memabukkan, serta tidak kotor. Makanan haram yang dilarang Allah untuk dimakan seperti bangkai, darah yang mengalir, daging babi, barang curian, barang riba, ataupun *suht* (usaha yang haram).<sup>7</sup>

<sup>7</sup> Ahmad Mustafa Al-Maragi, *Terjemah Tafsir al-Maraghi* 7 (Semarang: Karya Toha Putra, 1992), hlm. 13-18.

**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 anak usia dini Di Tk Dahlia Suka Maju Kecamatan Tapung Hilir. Ketertarikan dalam permasalahan ini mengantarkan penulis pada pembahasan yang dituangkan dalam judul.

**“Pola Konsumsi Buah Dan Sayur Untuk Meningkatkan Perkembangan Fisik Motorik Pada Anak Usia Dini 5-6 Tahun Di Tk Dahlia Suka Maju Kecamatan Tapung Hilir”.**

**Penegasan Istilah****1. Pola Konsumsi Makanan**

Menurut KBBI, pola konsumsi adalah gambaran kegiatan yang dilakukan oleh seseorang untuk memenuhi kebutuhannya sendiri, baik menghasilkan komoditas, bahan makanan, maupun bentuk lainnya. Pada penelitian ini konsumsi lebih difokuskan pada makanan, terutama konsumsi sayuran dan buah-buahan.<sup>8</sup> Pola konsumsi mengacu pada komposisi makanan dari jenis dan jumlah makanan yang dikonsumsi oleh penduduk rata-rata setiap hari selama periode tertentu.<sup>9</sup>

**2. Buah dan sayur**

Indonesia merupakan negara tropis yang kaya akan buah dan sayur, namun dibandingkan dengan negara tanpa sumber daya produksi sayur dan buah, konsumsi sayur-sayuran dan buah masyarakat Indonesia masih sangat rendah.<sup>10</sup> Sayuran merupakan makanan nabati yang menjadi sumber nutrisi, vitamin dan mineral yang dibutuhkan tubuh. Tumbuhan-tumbuhan

<sup>8</sup> Kamus Besar Bahasa Indonesia Edisi IV. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama. 2008

<sup>9</sup> Sadjaja, Basuki, dk. Kamus Gizi Pelengkap Kesehatan Keluarga. (Jakarta: Kompas Media Nusantara) hlm. 197

<sup>10</sup> Astawan Made. Kandungan Gizi Aneka Bahan Makanan. (Jakarta: PT Gramedia, 2004) hlm. 113.

**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.

yang dapat dikonsumsi antara lain daun-daunan (bayam, kangkung), umbi-umbian (ubi jalar, kentang, singkong, ubi rambat), biji-bijian (kacang kedelai, kacang hijau, kacang merah, jagung) sehingga semua bagian tumbuhan dapat dianggap sebagai makanan. buah adalah bagian tumbuhan dengan susunan yang mengelilingi bakal biji yang merupakan pangkal (bagian) bunga itu sendiri.<sup>11</sup> Di sisi lain, buah-buahan dapat melengkapi nutrisi yang diperlukan tubuh, terutama vitamin C.

Buah-buahan sering disebut dessert atau pencuci mulut, karena buah-buahan dapat menetralkan mulut setelah makan nasi. Kebutuhan nutrisi misalnya vit C, vit A, potassium, serta asam folat tidak dapat tercukupi jika tiada memakan buah dan sayur.<sup>12</sup>

### 3. Perkembangan Fisik Motorik

Perkembangan fisik motorik mencakup aspek kepribadian yang terkait dengan gerakan tubuh dan fungsi otot. Ini merupakan hasil dari dorongan internal dari pikiran, perasaan, dan kemauan seseorang. Kemampuan motorik anak yang berkembang selalu terkait dengan proses pembelajaran dan kehidupan sehari-hari mereka. Penting bagi anak-anak untuk memiliki kebebasan bergerak. Dengan kebebasan bergerak ini, anak-anak dapat menguasai gerakan yang kaya, bebas, dan fleksibel.

<sup>11</sup> *Ibid*, hlm 86.

<sup>12</sup> Sediauetama, Ahmad jaeni. *Ilmu Gizi Untuk Mahasiswa dan Profesi Jilid I*. Jakarta: Dian Rakyat, 2004), hlm. 85

**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.

Membatasi anak untuk berolahraga atau melakukan aktivitas tertentu, karena hal ini dapat membatasi kemampuan motorik anak.<sup>13</sup>

### Perumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu Bagaimanakah pola konsumsi Buah dan Sayur untuk meningkatkan perkembangan fisik motorik anak usia dini Di Tk Dahlia Suka Maju Kecamatan Tapung Hilir?

### Tujuan dan Manfaat Penelitian

Berdasarkan dari rumusan masalah di atas, maka tujuan penulisan ini adalah untuk menjawab berbagai masalah yang telah disebutkan sebelumnya, dan mencari jawaban atas persoalan-persoalan sebagai berikut.

#### 1. Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui pola konsumsi buah dan sayur untuk meningkatkan perkembangan anak usia dini Di Tk Dahlia Suka Maju Kecamatan Tapung Hilir.

#### 2. Manfaat Penelitian

##### a. Manfaat teoritis

1. Manfaat teori dalam penelitian ini berguna dalam menambahkan wawasan serta kebermanfaatan sebagai bahan masukan bagi kelurahan setempat untuk mengambil kebijakan dalam rangka pentingnya pemberian pola konsumsi sayur dan buah guna meningkatkan perkembangan fisik motorik anak usia dini.

<sup>13</sup> Cut Rika Fitria Ananda,dk. Hubungan Statuz Gizi Dengan Fisik Motorik Anak TK KIP UNSYIAH Darusalam Banda Aceh. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Unsyiah*. Banda Aceh: Unsyiah 2017, hlm 45

**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. Sebagai bahan (bacaan) bagi penulis dan para peneliti berikutnya, dalam menyusun karya ilmiah yang berkaitan dengan kajian pengaruh pola konsumsi buah dan sayur untuk meningkatkan perkembangan fisik motori bagi anak usia 5-6 tahun.
- b. Praktis
  1. Memenuhi salah satu syarat untuk meraih gelar sarjana (S1) Pendidikan Islam Anak Usia Dini Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
  2. Bagi peneliti, diharapkan dapat menjadi bekal serta menambah wawasan yang berguna dan dapat di refleksikan sebagai tenaga pengajar.
  3. Penulis berharap dapat menjadi referensi yang bermanfaat bagi pembaca dan menjadi pedoman bagi peneliti selanjutnya.
  4. Sebagai informasi pendidikan anak usia dini, terutama dalam pengaruh pola konsumsi buah dan sayur untuk meningkatkan perkembangan fisik motorik pada anak usia dini 5-6 tahun.

**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**

#### **A. Pola Konsumsi Makanan**

Dalam kehidupan sehari-hari, manusia hidup bermasyarakat atau membentuk kelompok hidup bersama, memiliki pandangan hidup, kebiasaan, dan lain kebersamaan termasuk juga pola makannya. Seorang anak yang hidup dalam suatu kelompok masyarakat akan memiliki pola makan dan kebiasaan makan seperti kelompoknya. Pola makan adalah berbagai informasi yang memberikan gambaran mengenai macam dan jumlah bahan makanan yang dimakan tiap hari oleh satu orang dan merupakan ciri khas untuk suatu kelompok masyarakat tertentu.<sup>14</sup>

Pola ini dipengaruhi oleh beberapa hal, antara lain adalah kebiasaan, kesenangan, taraf ekonomi, lingkungan alam dan sebagainya. Makanan selain untuk kekuatan atau pertumbuhan, memenuhi rasa lapar dan selera, juga mendapat tempat sebagai lambang yaitu lambang kemakmuran, kekuasaan, ketentraman, dan persahabatan. Semua faktor di atas bercampur membentuk suatu ramuan yang kompak yang disebut dengan pola konsumsi.

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia pola konsumsi merupakan gambaran suatu kegiatan dari individu untuk memenuhi kebutuhan dirinya, baik berupa barang produksi, bahan makanan dan lain-lain, dalam penelitian ini konsumsi lebih dititik beratkan pada bahan makanan, khususnya konsumsi

---

<sup>14</sup> Santoso Soegeng, Kesehatan dan Gizi, (Jakarta: PT Rineka Cipt, 2013)

**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.

sayur dan buah.<sup>15</sup> Sejalan dengan pendapat Sandjaja, pola konsumsi adalah susunan makanan yang mencakup jenis dan jumlah bahan makanan rata-rata per orang, per hari yang umum dikonsumsi atau dimakan penduduk dalam jangka tertentu.<sup>16</sup>

Pola konsumsi makanan mengacu pada komposisi makanan, termasuk jenis dan jumlah makanan yang dikonsumsi rata-rata orang per hari atau selama periode waktu tertentu. Pola ini juga dapat dipengaruhi oleh beberapa hal, antara lain, Makanan kebiasaan, taraf ekonomi, lingkungan dan sebagainnya. Bukan hanya sebagai sumber kekuatan dan pertumbuhan saja tapi juga dapat memenuhi rasa lapar dan selera makan. Maka dari itu nutrisi pada masa bayi memegang peranan penting dalam pertumbuhan.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa pola konsumsi pangan anak usia dini 5-6 tahun merupakan gambaran umum informasi komposisi pangan, meliputi jenis dan jumlah komponen pangan yang biasa dikonsumsi oleh kelompok masyarakat, menjadi kebiasaan, kesukaan, dan lain-lain yang dikonsumsi setiap hari.

### **1. Konsumsi Makanan Anak Usia Dini 5-6 Tahun**

Konsumsi makanan pada anak prasekolah cenderung bervariasi, masalah makanan relatif terjadi pada usia dini. Anak sering mengalami berbagai masalah asupan makanan, seperti memilih-milih makanan, takut akan makanan tertentu, dan orang tua mengikuti kemauan makanan yang tidak sehat dari anak. Anak-anak sering kali tidak mau mencoba makanan

<sup>15</sup> KBBI edisi IV, (Jakarta PT .Gramedia Pustaka Utama, 2008), hlm.728

<sup>16</sup> Sandjaja, Basuki, Kamus Gizi Pelengkap Kesehatan Keluarga, (Jakarta: PT. Kompas Media Nusantara, 2009), hlm. 197

**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.

baru dan menolak makanan yang sebelumnya tanpa mereka ketahui, makanan sebelumnya memiliki rasa yang lebih enak.

Bagi anak usia 5-6 tahun, bermain itu menyenangkan. *Game* adalah media dan tahap keterampilan. Waktu bermain anak biasanya juga bebarengan dengan waktu makan anak, karena biasanya anak cenderung lebih mau untuk mencoba makanan saat anak sedang bermain. Anak selalu ternutrisi saat bermain, belajar dan bersosialisasi melalui bermain. Sejak usia dini, ada tanda-tanda bahwa anak-anak memiliki kesukaan dan ketidaksesuaian pribadi terhadap makanan tertentu. Penolakan makan sayur, terutama sayuran hijau, sering terjadi pada anak prasekolah. Tidak ada bahan makanan yang essensial, sehingga jika salah satu jenis ditolak, dapat diganti dengan bahan lain yang nilai gizinya setara.<sup>17</sup>

## 2. Faktor Yang Mempengaruhi Pola Konsumsi

Faktor yang mempengaruhi konsumsi anak dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, yaitu faktor internal dan faktor eksternal.<sup>18</sup>

### a. Faktor Internal

1. Preferensi makanan sebagai penentu konsumsi makanan, preferensi adalah perilaku atau ukuran suka atau tidak suka terhadap suatu makanan. Preferensi dan kebiasaan makan anak bergantung pada pengalaman dengan pola makan dan makanan yang diberikan oleh ibu dan anggota keluarga. Perasaan menyukai suatu makanan dibentuk karena kepuasan yang didapat dari konsumsi.

<sup>17</sup> Tuti Soenardi. "Gizi Seimbang untuk Bayi dan Balita. In : Soekirman. *Hidup Sehat Gizi Seimbang dalam Siklus Kehidupan Manusia*" (Jakarta: Primedia Pustaka,2006) hlm. 71

<sup>18</sup> Santoso Soegeng. *Kesehatan Gizi*.(Jakarta: Rineka Cipta, 2004), hlm. 40-42

**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. Pendapatan didalam rumah tangga juga secara langsung menentukan konsumsi pangan suatu keluarga. Peningkatan pendapatan meningkatkan peluang untuk membeli makanan dengan kualitas dan kuantitas yang baik. Semakin tinggi tingkat pendapatan per kapita, semakin tinggi pula konsumsi buah dan sayur.
3. Ketersediaan sayur dan buah dalam rumah tangga sangat penting. Kualitas gizi makanan yang disajikan setiap harinya dapat ditingkatkan dengan memvalidasi asupan makanannya. Variasi makanan diperlukan, yaitu penyediaan makanan yang bervariasi setiap harinya dirumah.

**b. Faktor Eksternal**

1. Teman dapat memengaruhi pilihan dan preferensi makanan. Anak-anak mungkin menolak makanan dan meminta makanan yang tiba-tiba menjadi populer. Anak-anak prasekolah sebagian besar terlibat dalam mengonsumsi makanan sayur dan buah, melihat teman mereka membawa bekal sayur dan buah yang bervariasi dari rumah.<sup>19</sup>
2. Pengaruh pesan media juga meluas saat ini. Pilihan dan preferensi makanan tidak hanya dipengaruhi oleh respon sensorik, tapi media massa seperti TV, media sosial, dan lain sebagianya. Berkat ini, kebiasaan makan anak bisa diubah. Sebagian besar iklan yang ditampilkan pada program anak-anak adalah iklan makanan, sering kali mempromosikan makanan rendah serat, tinggi gula, lemak, dan

<sup>19</sup> Suharjo. "Berbagai Cara Pendidikan Gizi Ed. 1" (Jakarta: Bumi Aksara, 2003), hlm. 67

**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.

sodium. Iklan ini dapat dengan mudah mendorong anak prasekolah untuk meminta makanan yang dapat menggantikan buah serta sayur.<sup>20</sup>

3. Pengetahuan gizi ibu mengenai penanganan makanan mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap menu keluarga dan kebiasaan mengkonsumsi makanan. Pengetahuan gizi yang kurang dapat mempengaruhi kualitas dan kuantitas makanan yang dikonsumsi. Kebiasaan makan anak dapat dipengaruhi oleh pengalaman gizi makan anak yang sering disajikan dan yang sering dilihatnya secara langsung.
4. Pendidikan adalah proses pembentukan kecepatan intelektual dan emosional seseorang. Pendidikan juga dapat diartikan sebagai usaha untuk mengembangkan watak dan kemampuan dari dalam dan berlangsung seumur hidup. Semakin tinggi tingkat pendidikan maka semakin besar konsumsi buah dan sayur. Akan tetapi, orang yang berpendidikan rendah belum tentu dapat menyiapkan makanan yang memenuhi kebutuhan gizinya dibandingkan dengan orang lain yang berpendidikan lebih tinggi, karena walaupun berpendidikan rendah, jika seseorang rajin mendengarkan nasihat dan memperhatikan gizi dan kesehatan, maka tidak akan menjadi sehat. Tinggi, bukan berarti ilmunya akan lebih baik.<sup>21</sup>
5. Pekerjaan adalah rangkaian kegiatan yang dilakukan oleh orang tua. Apa yang dilakukan orang tua untuk memenuhi kebutuhannya.

<sup>20</sup>*Ibid*, hlm. 6.

<sup>21</sup>*Ibid*, hlm. 49-50.

**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.

Pekerjaan berhubungan langsung dengan tingkat pendapatan.

Pekerjaan juga dapat memengaruhi seberapa banyak perhatian yang diberikan seseorang pada makanan yang mereka makan.

6. Lingkungan sosial dan budaya dapat menumbuhkan kebiasaan makan pada populasi yang sering bertentangan dengan prinsip gizi. Budaya yang berbeda menempatkan nilai yang berbeda pada makanan.<sup>22</sup>

**B. Sayur dan Buah**

Menurut Kamus Besar Besar Bahasa Indonesia (2014), secara umum, sayuran dan buah-buahan menyediakan berbagai jenis vitamin, mineral, dan serat pangan. Sebagian vitamin dan mineral yang terdapat dalam sayuran dan buah-buahan memiliki peran sebagai antioksidan, melawan senyawa berbahaya dalam tubuh manusia. Berbeda dengan sayuran, buah-buahan juga mengandung karbohidrat, terutama fruktosa dan glukosa. Beberapa jenis sayuran, seperti kentang yang mengandung 34 gram karbohidrat. Sementara itu, beberapa buah memiliki kandungan lemak tidak jenuh, seperti alpukat. Oleh karena itu, mengonsumsi sayuran dan buah-buahan sangat penting dalam mencapai gizi seimbang.

Sayuran dan buah-buahan merupakan sumber zat gizi mikro yang sangat penting bagi tubuh manusia. Zat gizi ini memiliki peran vital dalam mengatur proses metabolisme tubuh dan membantu mengurangi risiko penyakit kronis. Sayur harus menjadi bagian dari setiap kali kita makanan, bukan hanya bagi orang dewasa. Konsumsi sayur sangat penting untuk anak

<sup>22</sup> Notoatmojo, Sukidjo. "Ilmu Kesehatan Masyarakat". (Jakarta: Rineka Cipta,2003) hlm.

**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.

usia dini, terutama pada anak-anak usia prasekolah (5-6 tahun), karena pada masa ini, pertumbuhan dan perkembangan anak memasuki fase yang sangat penting.<sup>23</sup>

Sayuran dan buah-buahan mungkin memiliki dampak positif yang lebih besar pada kesehatan dibandingkan dengan suplemen makanan. Mereka mengandung banyak vitamin, mineral, dan nutrisi penting yang diperlukan oleh tubuh manusia. Kebutuhan akan zat gizi seperti vitamin C, vitamin A, kalium, dan asam folat tidak dapat dipenuhi tanpa mengonsumsi sayuran dan buah. Oleh karena itu, sayur-sayuran dan buah-buahan dianggap sebagai sumber makanan yang sehat dan bermanfaat.<sup>24</sup>

Sayuran dan buah-buahan mengandung enzim aktif yang mempercepat reaksi kimia dalam tubuh. Nutrisi dan bahan aktif non-gizi pada sayur dan buah dapat digunakan sebagai antioksidan untuk menetralkan radikal bebas penangkal kanker dan menetralkan kolesterol jahat. Tidak hanya itu, dalam sayuran dan buah-buahan terdapat dua tipe serat yang memiliki manfaat positif bagi kesehatan pencernaan dan flora usus, yaitu serat yang dapat larut dalam air dan serat yang tidak larut dalam air<sup>25</sup>.

Konsumsi buah yang dianjurkan adalah 200-300g atau 2-3 buah pepaya atau buah-buahan lainnya per hari, sedangkan mengkonsumsi sayuran campuran seperti sayuran berdaun, kacang-kacangan dan sayuran dianjurkan hingga 150-200g atau 1 ½ -2 mangkuk per hari. Menurut WHO (World Health

<sup>23</sup> Santoso dan Ranti. "Kesehatan dan Gizi" (Jakarta: RIneka Cipta, 2009) hlm.37

<sup>24</sup> Khomsan Ali, dk . "Teknik Pegukuran Pengetahuan Gizi, Dpartemen Gizi Masyarakat serta Sumber Daya Keleuarga. (Bogor: Fakultas Pertanian PB,2003), hlm. 45

<sup>25</sup> *Ibid*, hlm. 45.

**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.

Organization)<sup>26</sup> Berikut contoh rekomendasi ukuran porsi dan menu gizi sehat sesuai kecukupan energi menurut kelompok umur:

**Tabel 2.1 Rekomendasi porsi buah dan sayur untuk balita.<sup>27</sup>**

Bahan Makanan	Balita 1600 kkal
Nasi	4 porsi
Sayuran	2 porsi
Buah	3 porsi
Tempe	2 porsi
Daging	2 porsi
Susu	1 porsi
Minyak	4 porsi
Gula	2 porsi

Ringkasnya, asupan sayur dan buah yang dianjurkan untuk anak usia 4 sampai 6 tahun (usia prasekolah) adalah 200 sampai 300 gram, atau sekitar 2 sampai 3 porsi, atau dengan 1 buah pisang ambon.

### 1. Kandungan Gizi

Sayur dan buah memiliki banyak kandungan gizi yang bermanfaat bagi tubuh. Kandungan tersebut antara lain adalah sebagai berikut:

#### a. Karoten (vitamin A)

Sayur dan buah mengandung karotenoid yang merupakan provitamin A. Bentuk provitamin A yang paling aktif adalah beta-karoten. Vitamin A berfungsi untuk penglihatan, diferensiasi sel, fungsi kekebalan, pertumbuhan, dan sebagai antioksidan. Sumber karoten adalah sayuran berwarna hijau dan buah-buahan, seperti daun singkong, kangkung,

<sup>26</sup> Almatsier Sunita. "Perinsip Ilmu Gizi". (Jkt; PT Gramedia Pustaka, 2001), hlm. 67.

<sup>27</sup> Permendiknas. Tentang Status Gizi Anak Usia Dini No. 41 Tahun 2014

**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.

bayam, kacang panjang, buncis, wortel, tomat, jagung, pepaya, mangga, apel, nangka dan jeruk.<sup>28</sup>

**b. Folat**

Folat terdapat dalam sayuran hijau dan buah jeruk. Vitamin C yang terdapat dalam buah jeruk dapat menghambat kerusakan folat. Folat mudah rusak pada pemanasan, sehingga dianjurkan pemasakan sayuran tidak terlalu lama. Contoh sayur dan buah yang mengandung folat adalah asparagus, bayam, selada, dan jeruk.<sup>29</sup>

**c. Vitamin C**

Vitamin C (asam askorbat) berfungsi fisiologis yaitu kolagen, membantu absorpsi zat besi, dan sebagai antioksidan. Vitamin C pada umumnya hanya terdapat didalam pangan nabati yaitu sayuran dan buah segar. Contoh bahan makanan sumber vitamin C yang terdapat dalam sayur dan buah adalah jambu biji, jeruk, rambutan, mangga, pepaya, daun singkong, kol, sawi, kembang kol, selada, bayam, dan tomat.<sup>30</sup> Kekurangan vitamin C menyebabkan lemahnya daya tahan terhadap salesma. Kekurangan vitamin C yang berat bisa menimbulkan penyakit sariawan, gusi berdarah, lemah.<sup>31</sup>

**d. Vitamin E**

Vitamin E (alfa tokoferol) berfungsi sebagai antioksidan yang larut lemak. Sayuran berdaun hijau dan buah merupakan sumber vitamin E

<sup>28</sup> Almatsier Sunita, Prinsip Dasar Imu Gizi, (Jakarta PT Gramedia Pustaka Utama, 2001), hlm. 156

<sup>29</sup> *Ibid*, 186

<sup>30</sup> *Ibid*, hlm. 187

<sup>31</sup> Sitorus, Ronald, Makanan Sehat dan Bergizi, (Bandung: Yamaha Widya, 2009), 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.

yang baik, selain minyak tumbuhan. Biji-bijian khususnya berbentuk kecambah mengandung vitamin E yang baik.

e. Vitamin K

Vitamin K mempunyai fungsi yang spesifik sebagai biokatalisator atau sebagai koenzim.<sup>32</sup>

f. Magnesium

Sumber magnesium dapat diperoleh dari bahan makanan, diantaranya sayur-sayuran hijau, tahu dan tempe, ikan.<sup>33</sup>

g. Kalium

Di dalam sel, kalium berfungsi sebagai katalisator dalam reaksi biologik terutama metabolisme energi dan sintesis glikogen dan protein.

h. Zat besi (Fe)

Sumber zat besi selain makanan hewani adalah sayuran hijau. Zat besi sayuran yang mengandung oksalat tinggi seperti bayam mempunyai ketersediaan biologik rendah.

i. Serat Makanan

Kegunaan serat pada makanan yang kita makan cukup penting. Selain untuk membantu membuang sisa-sisa metabolisme, juga berfungsi sebagai unsur pembantu dalam fermentasi. Manfaat yang paling pokok pada serat adalah melancarkan proses buang air besar. Sehingga seluruh sisa metabolisme yang tidak terpakai oleh tubuh akan segera dikeluarkan

<sup>32</sup> Proverawati, Atikah. Jenis Kelamin Anak, Pendidikan Ibu, dan Motivasi dari Guru serta Hubungannya dengan Preferensi Makanan Sekolah pada Anak Prasekolah di TK universitas Muhammadiyah Purwokerto. Jurnal: Gizi Klinik Indonesia. 2011

<sup>33</sup> Ibid

**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.

tanpa kesulitan. Makanan berserat yang bermanfaat bagi tubuh, sebenarnya banyak tersedia di sekitar kita. Sayuran-sayuran (bayam, tauge, kangkung), dan buah-buahan yang hampir semua jenisnya mengandung serat yang diperlukan untuk membantu metabolisme. Selain buah-buahan seperti nanas, pisang, apel, atau mangga, kacang-kacangan pun memiliki kandungan serat yang cukup

## 2. Manfaat Sayur

Sayur dan buah dapat memberikan keuntungan yang lebih baik bagi kesehatan tubuh dari pada suplemen. Sayur dan buah mempunyai banyak manfaat. Ada dua alasan utama yang membuat konsumsi sayur dan buah penting untuk kesehatan:<sup>34</sup>

- a. Sayur dan buah sangat kaya akan kandungan vitamin, mineral dan zat gizi lainnya yang dibutuhkan oleh tubuh manusia. Tanpa mengonsumsi sayur dan buah, maka kebutuhan gizi seperti vitamin C, vitamin A, Potassium dan folat kurang terpenuhi. Oleh karena itu, sayur dan buah merupakan sumber makanan yang baik dan menyehatkan.
- b. Sayur dan buah mengandung enzim aktif yang dapat mempercepat reaksireaksi kimia didalam tubuh. Komponen gizi dan komponen aktif non-nutrisi yang terkandung dalam sayur dan buah berguna sebagai antioksidan untuk menetralkan radikal bebas antikanker dan menetralkan kolesterol jahat. Selain itu dalam sayuran dan buah terdapat dua jenis

---

<sup>34</sup> Khomsan Ali, Teknik Pengukuran Pengetahuan Gizi. Departemen Gizi Masyarakat dan Sumber Daya Keluarga. Bogor: Fakultas Pertanian IPB, 2013), hlm 45

**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.

serat yang bermanfaat bagi kesehatan pencernaan dan mikroflora usus, yaitu serat larut air dan tidak larut air. Serat larut air dapat memperbaiki performa mikroflora usus sehingga jumlah bakteri baik dapat tumbuh dengan sempurna. Sedangkan, serat tidak larut akan menghambat pertumbuhan bakteri jahat sebagai pencetus berbagai macam penyakit.

### 3. Jenis Sayur

Sayur mempunyai berbagai macam jenis, selain itu sayur merupakan bagian tanaman yang dapat dimakan. Jenis sayuran dapat dibedakan antara lain sebagai berikut:<sup>35</sup>

- a. Jenis sayuran daun-daunan antara lain: kangkung, sawi, bayam, selada dan lain-lain.
- b. Jenis sayuran bunga antara lain: brokoli, atau kembang kol, dan lain-lain.
- c. Jenis sayuran batang muda antara lain: asparagus, rebung, jamur, dan lain-lain.
- d. Jenis sayuran akar antara lain: bit, lobak, dan lain-lain.
- e. Jenis sayuran umbi-umbian antara lain: kentang, bawang bombai, bawang merah, dan lain-lain.

Selain sayur memiliki berbagai macam jenis, sayur pun juga mempunyai berbagai macam warna yang terkandung dalam sayur tersebut. Berdasarkan warna sayuran terbagi atas beberapa macam yaitu:

- a. Hijau tua antara lain: bayam, kangkung, katuk, kelor, daun pepaya.

<sup>35</sup> Astawan Made, Kandungan Gizi Aneka Bahan Makanan, ( Jakarta: PT Gramedia, 2014), hlm. 114

**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. Hijau muda antara lain: selada, seledri.
- c. Hampir tidak berwarna antara lain: kol, sawi putih.

**4. Jenis Buah**

Selain sayur, buah buahan juga memiliki berbagai macam jenis, buah-buahan pun juga mempunyai berbagai macam warna yang terkandung. Berdasarkan warna Buah-buhan terbagi atas beberapa macam yaitu:

- a. Buah berwarna kuning: pisang, mangga, pepaya, jeruk.
- b. Buah berwarna merah: Tomat, apel, anggur.
- c. Buah berwarna hijau: Kiwi, melon.

**C. Perkembangan Fisik Motorik**

Ketangguhan sumber daya manusia sangat bergantung pada pemenuhan kebutuhan gizi anak sejak awal, bahkan mulai dari masa dalam kandungan ibunya yang dikenal sebagai 1000 Hari Pertama Kehidupan (1000 HPK). Seribu hari pertama ini dianggap sebagai periode yang kritis dalam hidup karena memiliki potensi untuk membentuk kesehatan dan kecerdasan manusia di masa depan. Selama seribu hari pertama ini, semua organ dan sistem tubuh mengalami pertumbuhan dan perkembangan. Isu-isu gizi yang berkaitan dengan keadaan gizi ibu selama kehamilan dan masa menyusui dapat memiliki dampak signifikan pada kesehatan bayi dan anak-anak di bawah usia 2 tahun, bahkan berdampak sepanjang hidup mereka. Dampaknya tidak hanya terbatas pada perkembangan fisik, tetapi juga memengaruhi aspek-aspek mental, intelektual, dan perilaku anak. Oleh karena itu, nutrisi yang diterima ibu

**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.

selama kehamilan memiliki dampak yang besar, dan tingkat kematian bayi dianggap sebagai indikator kesehatan nasional.<sup>36</sup>

Perkembangan fisik merujuk pada proses pertumbuhan dan perubahan yang terjadi dalam tubuh manusia. Salah satu perubahan yang paling mencolok adalah perubahan bentuk dan ukuran tubuh individu. Sementara itu, perkembangan motorik adalah proses bertahap dalam mengendalikan gerakan dan kemampuan bergerak yang diperoleh melalui interaksi antara faktor pematangan dan latihan atau pengalaman hidup. Perkembangan ini tercermin melalui perubahan-perubahan dan gerakan yang dilakukan oleh individu.<sup>37</sup>

Tubuh atau tubuh manusia adalah sistem organik yang kompleks dan menakjubkan. Semua organ ini terbentuk sebelum lahir (di dalam rahim). Perkembangan fisik individu terdiri dari 4 hal, yaitu otot, sistem syaraf, kelenjar endokrin, struktur tubuh<sup>38</sup>:

Keterampilan motorik ini dapat digolongkan menjadi keterampilan motorik kasar dan keterampilan motorik halus, tergantung pada ukuran otot dan bagian tubuh yang terkait keterampilan motorik kasar merupakan gerakan yang melibatkan otot besar tubuh seperti kaki, tangan dan lengan (saat anak merangkak, melompat, berlari). Sementara keterampilan motorik halus lebih kepada gerakan halus pada otot-otot kecil yang biasanya belibatkan otot kecil

<sup>36</sup> Larensi M. Sasube. Asupan Gizi Pada 1000 Hari Pertama Kehidupan. *Jurnal Ilmu dan Teknologi Pangan*. (Manado :Universitas Sam Ratulangi, 2017), hlm. 14

<sup>37</sup> Hellmawati, "Mengenal dan Memahami PiAUD" (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2015) hlm. 34

<sup>38</sup> Syamsu Yusuf LN, "Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja", (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2014) hlm 101

**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 tangan dan jari-jari. Gerakan ini adalah rangkai koordinasi kompleks dari ratusan otot.

Keterampilan motorik mengikuti dua prinsip. Pertama, prinsip *head-to-tail* (*head-to-tail*) menunjukkan urutan perkembangan, dengan tubuh bagian atas bekerja dan digunakan secara kompeten sebelum tubuh bagian bawah. Bayi belajar menggerakkan semua lengan mereka sebelum mereka belajar menggerakkan pergelangan tangan dan jari mereka. Seiring bertambahnya ukuran tubuh dan peningkatan kapasitas fisik, mobilitas fisik juga meningkat.<sup>39</sup>

Ada perbedaan yang sangat penting antara anak usia sekolah dan balita, anak prasekolah cenderung tidak memiliki lemak bayi dan kurus. Koordinasi motorik yang disederhanakan dan ditingkatkan ini membuat anak-anak lebih mudah dan lebih percaya diri untuk terlibat dalam aktivitas motorik yang sangat penting selama pertumbuhan dan perkembangan motorik fisik.

Perkembangan fisik motorik pada anak ditandai dengan pertumbuhan fisik, antara lain pertambahan berat badan, tinggi badan, lingkar kepala, dan tonus otot. Perkembangan fisik yang buruk pada balita dapat menjadikan tanda bahwa tidak beres pada diri mereka.<sup>40</sup> Pada umur 3 tahun, tubuhnya, lengan, dan kakinya memanjang.

Dampak perkembangan fisik motorik yang baik adalah<sup>41</sup>:

- a. Kebugaran Tubuh, yang penting untuk pertumbuhan dan kesejahteraan anak. Jika koordinasi motorik buruk, anak merasa kinerjanya tidak

<sup>39</sup> Edy Waspada. Perbedaan *Pengaruh Permaianan Traadisional dan Laatihan Kecerdasan Kinestetik Terhadap Kemampuan Mоторik serta Kecerdasan Emosional*. TESIS, (Surakarta Universitas Sebelas Maret, 2014) hlm. 44

<sup>40</sup> Morisson. G.S. *Dasar Pendidikan Anak*. (Jakarta: Indeks, 2012), hlm. 22

<sup>41</sup> Hurlock Elizabeth. *Perkembangan Anak*. (Jakarta: Erlangga, 1978), hlm. 150.

**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.

maksimal, kepuasan anak terhadap aktivitas fisik rendah, dan motivasi untuk berpartisipasi kurang;

- b. Kataris emosional, melalui latihan yang intens, dapat melepaskan energi yang tertekan dalam tubuh anak, sehingga tubuh dapat menghilangkan ketegangan, kecemasan, dan keputusasaan.
- c. Kemandirian, Hiburan diri, kontrol gerakan tubuh dapat memberinya kesenangan dalam melakukan aktivitasnya sendiri.
- d. Sosialisasi dan perkembangan motorik fisik yang baik dapat mempengaruhi penerimaan dan kemampuan anak untuk memperoleh keterampilan motorik.

Tindakan yang dilakukan anak terbagi atas tindakan besar dan tindakan kecil. Gerakan besar yang melibatkan otot besar tentu membutuhkan banyak energi, begitu juga sebaliknya. Kegiatan ini dilakukan oleh anak-anak dengan dasar yang menyenangkan. Tindakan seperti bermain aktif, berlatih, berlari, melompat dan melempar adalah tindakan yang melibatkan partisipasi reguler dalam bermain atau bermain bebas. Melalui gerakan-gerakan tersebut dan kesempatan yang ditawarkan oleh guru dan orang tua, gerakan-gerakan tersebut dapat merangsang perkembangan motorik anak usia dini.

Tabel 2.2 Perkembangan Fisik Motorik Anak Usia 5-6 Tahun.<sup>42</sup>

No	Lingkup Perkembangan	Tingkat Pencapaian Perkembangan	
		Usia 4-5 tahun	Usia 5-6 tahun
1.	Motorik Kasar	a. Menirukan gerakan binatang, pesawat terbang, dsb b. Melakukan gerakan bergelantung (bergelayut) c. Melakukan gerakan melompat dan berlari yang terkoordinasi. d. Melempar sesuatu secara terarah e. Menangkap sesuatu f. Melakukan gerakan antisipasi g. Menendang sesuatu secara terarah h. Memanfaatkan alat permainan di luar kelas.	a. Melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih kelenturan, keseimbangan dan kelincahan. b. koordinasi gerakan c. permainan fisik d. Mahir menggunakan tangan kanan dan kiri. e. kegiatan kebersihan diri.
2.	Motorik halus	a. Membuat garis vertika atau horizontal, lengkung kiri/kanan, miring kiri/kanan dan lingkaran. b. Menjiplak bentuk. c. Mengkoordinasikan mata dan tangan untuk melakukan	a. Menggambar sesuai gagasannya. b. Menirukan bentuk. c. Melakukan eksplorasi dengan berbagai media dan kegiatan. d. Menggunakan alat tulis dengan benar. e. Menggunting

<sup>42</sup> Permendikbud No 7 tahun 2022. *Pendidikan Anak Usia Dini*. Hlm 8-9

**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.

	<p>gerakan yang rumit.</p> <p>d. Melakukan gerakan manipulative untuk menghasilkan suatu bentuk dengan menggunakan berbagai media.</p> <p>e. Mengekspresikan diri dengan berkarya seni menggunakan berbagai media.</p>	<p>sesuai dengan pola.</p> <p>f. Menempel gambar dengan tepat.</p> <p>g. Mengespresikan diri melalui gerakan menggambar secara detail.</p>
--	--	--

Beberapa peneliti telah menunjukkan bahwa bermain dapat memberi anak ruang kosong. Dengan demikian, anak dapat mengembangkan keterampilan motoriknya. Anak-anak berlatih menyesuaikan pikiran dan tindakan mereka untuk mencapai keseimbangan saat bermain. Anak-anak dilahirkan dengan refleks dan belajar menggabungkan dua atau lebih tindakan refleks sehingga mereka dapat mengontrol tindakan mereka secara terkoordinasi.<sup>43</sup>

Orang dewasa, seperti guru dan orang tua, harus menyadari masalah perkembangan motorik fisik yang dialami oleh anak-anak pada usia dini. Masalah perkembangan motorik pada anak usia dini dapat melibatkan sejumlah masalah yang beragam.<sup>44</sup>

**UIN SUSKA RIAU**

<sup>43</sup> Slamet Suyanto. *Dasar Pendidikan Anak* (Yogyakart hikayat Publising, 2005), hlm. 119

<sup>44</sup> Novan A.W. *Psikologi Perkembangan Anak Usia Dini*. (Yogyakarta: Gava Media, 2014), hlm 47-54

**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.

Berikut beberapa gejala yang berkaitan dengan gerak fisik anak:

1. Masalah perkembangan fisik

Masalah perkembangan fisik terkait dengan masalah gizi anak, termasuk gizi buruk dan obesitas antara lain:

a. Malnutrisi

Kekurangan atau kelebihan asupan energi yang diberikan orang tua kepada anak dapat menimbulkan masalah pada perkembangan fisik anak. Anak kecil yang pertumbuhannya terhambat karena kekurangan gizi mungkin tampak lebih kurus.

b. Kegemukan

Obesitas atau makan berlebihan juga biasa disebut dengan obesitas. Tanda pertama obesitas adalah adanya 25 miliar sel lemak dalam tubuh saat lahir. Jika anak memiliki kebiasaan makan berlebihan sejak kecil, jumlah sel tersebut tidak akan pernah berkurang atau bertambah. Sel lemak dapat bertambah besar ukurannya dari ukuran normalnya, dan seorang anak dikatakan obesitas jika berat badannya lebih dari 120% dari berat badan normalnya.

Faktor-faktor yang menyebabkan obesitas pada anak kecil meliputi:

1. Faktor genetik, angka obesitas pada anak yang lahir dari orang tua obesitas bisa mencapai 66-80%.
2. Kelebihan konsumsi makanan cepat saji seperti fast food dan soda.

**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.

3. Bayi tidak terbiasa minum Air Susu Ibu (ASI), tetapi minum susu formula lebih dari kebutuhan anak. Oleh karena itu, anak menjadi gemuk pada usia 5-6 tahun.
4. Biasakan makan makanan berklori tinggi yang tidak sehat tanpa diimbangi dengan makan sayur dan buah yang cukup serat.
5. Kurangnya aktivitas fisik pada anak. Memang fasilitas yang diharapkan bagi anak adalah mereka tidak membutuhkan aktivitas fisik seperti alat bermain.
6. Orang tua memberi makan berlebihan untuk menunjukkan cinta mereka kepada anak-anak mereka.
7. Orang tua menganggap memiliki anak yang gemuk sebagai suatu kebanggaan.

2. Masalah perkembangan motorik

Tidak semua anak kecil mengalami perkembangan motorik yang optimal untuk usianya. Perkembangan motorik melibatkan beberapa hal, antara lain:

a. Masalah Motorik Kasar

Masalah motorik kasar pada anak terjadi karena anak tidak memiliki kesempatan untuk berolahraga atau karena mungkin memiliki masalah saraf motorik.

b. Masalah Motorik Halus

Masalah motorik halus yang terjadi pada anak usia dini terkait dengan kurangnya kemampuan menggambar bentuk yang bermakna,

**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.

meskipun tidak sempurna. Anak usia 5 tahun mulai bisa menggambar bentuk yang bermakna, meski belum sempurna. Perhatian khusus harus diberikan kepada anak-anak berusia 5-6 tahun yang tidak dapat menggambar bentuk yang digabungkan dengan baik menjadi bentuk yang lebih bermakna. Orang tua dan guru harus memeriksa kemampuan anak untuk memahami lingkungannya. Juga, anak usia 5 tahun umumnya memiliki warna yang lebih baik. Jika kemampuan mewarnai anak di sekolah dasar kurang baik, misalnya selalu ada garis-garis warna pada bidang gambar, kemungkinan anak tersebut memiliki masalah mewarnai. koordinasi tangan dan mata.

**D. Penelitian Yang Relevan**

1. Jurnal yang dilakukan oleh Etti Miniarti berjudul *Gambaran Pengetahuan Ibu, Sikap Ibu, dan Pola Konsumsi Sayur dan Buah pada Anak Prasekolah di Kabupaten Toraja Utara*. Jenis Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif menggunakan metode deskriptif. Hasil dari penelitian Etti Miniarti disimpulkan bahwa responden yang memiliki konsumsi sayur dan buah yang cukup yaitu 51,4% dan yang kurang sebanyak 48,6%. Responden yang pengetahuannya baik yaitu sebanyak 64% dan yang berpengetahuan kurang yaitu 36%. Responden yang memiliki sikap yang positif yaitu 59,5% dan memiliki sikap negatif yaitu 40,5%. Penelitian yang dilakukan oleh Etti Miniarti dengan penulis adalah sama-sama membahas mengenai pola konsumsi sayur dan buah pada anak prasekolah. Namun, penelitian tersebut juga membahas mengenai gambaran pengetahuan ibu, dan sikap ibu.

**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. Jurnal berjudul *Peran Pendidikan dan Pekerjaan Ibu dalam Konsumsi Sayur Anak Prasekolah*. Ali Rosidi (2012). Ditemukan hasil bahwa Lebih banyak ibu yang memiliki tingkat pendidikan tamat SMA atau sederajat sebesar (54,0%). Pendidikan ibu dikategorikan menjadi 2 kategori yaitu rendah dan tinggi. Pendidikan rendah adalah SMP ke bawah dan pendidikan tinggi adalah SMA ke atas. Dan distribusi menurut jenis pekerjaan menunjukkan bahwa pekerjaan ibu terbagi dalam 4 jenis. Lebih banyak ibu yang tidak bekerja (65,1%). Dari semua jenis pekerjaan ini masing-masing memiliki jam kerja yang berbeda, sehingga kemungkinan ada perbedaan dalam memberikan perhatian pada anaknya.
3. Jurnal Rohyana Fitriani dalam jurnalnya yang berjudul “*Perkembangan Gerak Fisik Awal Pada Anak*” penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan korelasi dan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Berdasarkan penelitian Saudari Rohyana Fitriani dapat disimpulkan bahwa untuk perkembangan tubuh motorik harus ada stimulasi yang konstan, artinya tidak bergantung pada satu stimulus saja, karena perkembangan perkembangan motorik anggota gerak tidak hanya berupa rangsangan yang dapat segera menguasai suatu gerakan, tetapi berbagai unsur motorik untuk dikuasai anak dalam proses perkembangan motorik anggota gerak.<sup>45</sup> Kedua penelitian serupa karena sama-sama menganalisis perkembangan motorik fisik pada anak usia dini. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya terletak pada fokus penelitian. Penulis menyoroti pola diet

<sup>45</sup> Rohyana Fitriani “Perkembangan Fisik Motorik Anak Usia Dini” *Jurnal Golden Age Hamzanwadi University* (Lombok: 2018), hlm. 32.

**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.

yang dapat merangsang perkembangan tubuh motorik pada anak di bawah usia.

4. Jurnal Andarwangi tahun 2015 yang berjudul “*Gaya hidup rumah tangga dalam mengonsumsi buah-buahan di Bandar Lampung*” membahas mengenai gaya hidup rumah tangga dalam mengonsumsi buah-buahan yang diasumsikan akan berdampak pada pola makan dan berpengaruh terhadap permintaan buah-buahan rumah tangga. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa konsumsi buah-buahan rumah tangga masih di bawah standar yang telah ditetapkan yaitu hanya 1 porsi dalam 2 hari dari standar yang ditetapkan FAO yaitu sebesar 2-3 porsi buah per hari. Studi penulis mirip dengan studi sebelumnya karena sama-sama menganalisis pola mengonsumsi buah-buahan. Akan tetapi dalam hal ini penulis lebih menganalisis pengaruh kebiasaan konsumsi buah dan sayur terhadap keterampilan motorik fisik pada balita berusia 5-6 tahun.
5. Jurnal Mohammad dan Madanijah tahun 2015 yang berjudul “*Konsumsi buah dan sayur anak usia sekolah dasar di Bogor*”. Menganalisis tentang konsumsi buah dan sayur anak usia sekolah dasar di Bogor. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa jenis buah dan sayuran yang paling sering dikonsumsi siswa sekolah dasar adalah jambu biji, pepaya, wortel, dan bayam. Pengetahuan gizi anak dan pendidikan orangtua berhubungan positif dengan konsumsi buah dan sayur anak. Sedangkan uang saku, ketersediaan buah, dan pendapatan keluarga berhubungan positif dengan konsumsi buah anak. Studi penulis mirip dengan studi sebelumnya karena

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

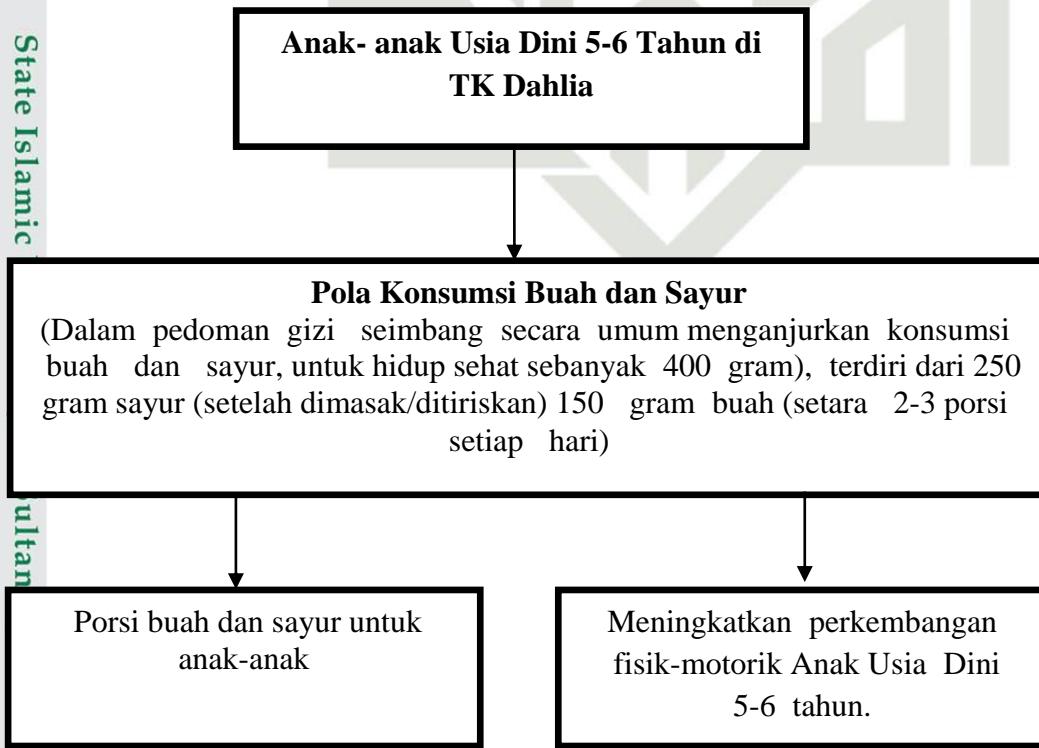
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan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

sama-sama menganalisis pola mengkonsumsi buah dan sayur. Akan tetapi dalam hal ini penulis lebih menganalisis pengaruh kebiasaan konsumsi buah dan sayur terhadap keterampilan motorik fisik pada anak yang berusia 5-6 tahun.

**E. Kerangka Berpikir**

Pola konsumsi makanan pada anak usia 5-6 Tahun sangat penting bagi tumbuh kembang fisik motorik anak. Pola konsumsi akan terbentuk dengan baik, jika kebiasaan atau kesenangan dalam mengkonsumsi pola makan sayur dan buah diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Kondisi lingkungan Yang ada di Tk Dahlia Suka Maju Kecamatan Tapung Hilir ini yang pola konsumsi sayur dan buahnya dianggap sangat kurang dan berdampak pada perkembangan fisik dan motorik anak.

**Gambar 2.3 Kerangka Berpikir**



**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.

Berawal dari kondisi yang ada di sekolah Tk Dahlia Suka Maju Kecamatan Tapung Hilir yang melatar belakangi adalah orang tua dan lingkungan sekitar dan menurut strata sosial yang terdiri dari pendidikan, penghasilan orang tua, lingkungan dan profesi. Sehingga memiliki kepedulian terhadap pola konsumsi makanan sayur-sayuran dan buah pada anak. Karena dalam pedomanan gizi seimbang yang secara umum menganjurkan konsumsi buahan buahan dan sayur-sayuran .

Untuk hidup sehat di anjurkan mengonsumsi 400 gram sayur dan buah yang terdiri dari 250 gram sayur dan 150 gram buah. Adapun program pemberian makanan 4 sehat 5 sempurna untuk membantu meningkatkan perkembangan fisik motorik anak usia dini 5-6 tahun. Hal ini juga harus mendapatkan perhatian khusus dari orang tua serta lingkungan yang ada di desa suka maju Kecamatan Tapung Hilir ini.



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**

#### **Jenis Penelitian**

Jenis penelitian ini merupakan penelitian kualitatif. Menurut Sugiyono Metode Penelitian Kualitatif sering disebut penelitian naturalistik karena penelitiannya dilakukan pada kondisi yang alamiah disebut juga metode ethnographi, karena pada awalnya metode ini lebih banyak digunakan untuk penelitian bidang antropologi budaya disebut metode kualitatif, karena data yang terkumpul dan analisisnya lebih bersifat kualitatif.

Metode Penelitian kualitatif yang menghasilkan data deskriptif yang berupa kata-kata dari orang-orang dan perilaku yang di amati. Jadi, dengan kata lain dapat dikatakan bahwa penelitian kualitatif ini menceritakan dengan rinci keadaan yang di temukan dalam suatu penelitian. Pendapat tersebut di dukung oleh Satori Aan yang berpendapat bahwa penelitian kualitatif deskriptif mendeskripsikan objek fenomena dalam tulisan naratif. Mendeskripsikan adalah menggambarkan apa, mengapa, dan bagaimana suatu kejadian terjadi serta menuliskan laporan kualitatif, yang isi nya kutipan dan data atau fakta yang ada di lapangan untuk memberikan dukungan yang di sajikan.

Menurut beberapa ahli dapat di simpulkan bahwa penelitian kualitatif merupakan penelitian yang mendeskripsikan suatu objek atau fenomena dalam tulisan naratif, berisi kutipan-kutipan data untuk memberikan gambaran penyajian laporan berupa naskah wawancara, catatan lapangan,

**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.

foto, dokumen pribadi, dokumen sekolah, catatan atau dokumen lainnya. Penelitian kualitatif ini bertujuan untuk agar data yang diperoleh bisa menjawab semua pertanyaan secara lebih mendalam, karena pencarian data dari berbagai sumber agar dapat memperoleh hasil data yang sesuai yang ada dilapangan di TK Dahlia Suka Maju Kecamatan Tapung Hilir Kabupaten Kampar.

**Lokasi Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di TK Dahlia Suka Maju Kecamatan Tapung Hilir Kabupaten Kampar pada tanggal 28 Juli Periode 2024/2025 pada anak usia dini 5-6 tahun.

**C. Populasi dan Sampel Penelitian****1. Populasi Penelitian**

Menurut Sugiyono, populasi merujuk pada wilayah generalisasi yang mencakup objek dan subjek yang memiliki nilai dan karakteristik khusus yang peneliti tentukan untuk dipelajari dan diambil kesimpulannya. Dalam penelitian ini, populasi yang diidentifikasi oleh peneliti adalah anak-anak usia dini, yakni anak-anak berusia 5-6 tahun, yang tinggal di Desa Suka Maju, Kecamatan Tapung Hilir. Partisipan penelitian ini diambil dari anak usia 5-6 tahun di TK Dahlia Suka Maju pada kelas B1 dan B2 yang berjumlah 35 Anak yang berada di Jln. Poros Desa Suka Maju Kecamatan Tapung Hilir. Penelitian ini akan dilaksanakan di TK Dahlia Suka Maju, kondisi lingkungan sekolah berada di tengah-tengah pemukiman masyarakat desa.

**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. Sampel Penelitian

Sugiyono menjelaskan bahwa sampel merupakan sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi.<sup>46</sup> Sampel dari penelitian ini adalah Sampel dari penelitian ini adalah siswa sebanyak dua kelas (B1 dan B2) dengan teknik simple random sampling. Teknik simple random sampling adalah cara pengambilan sampel dari anggota populasi dengan menggunakan acak tanpa memperhatikan strata (tingkatan) dalam anggota populasi tersebut , hal ini dilakukan apabila anggota populasi dianggap homogeny (sejenis). Maka atas dasar pertimbangan tersebut peneliti mengambil kelas B1 yang berjumlah 17 anak. Oleh karena itu, informasi mengetahui secara pasti mengenai inti dalam penelitian ini adalah orang- orang yang dianggap mengetahui secara pasti mengenai pola asupan makanan dalam mengembangkan fisik motorik anak usia 5-6 tahun di TK Dahlia Suka Maju. Informan dalam penelitian ini adalah : Kepala Sekolah, Guru Kelas TA (Sumber Sekunder) dan Orang tua siswa Kelas B1.

## 3. Sumber Data

Sutopo menyatakan bahwa baik dalam penelitian kualitatif maupun kuantitatif, ada dua jenis data yang diakui, yaitu data kuantitatif yang berkaitan dengan kuantitas, dan data kualitatif yang berkaitan dengan kualitas. Dalam penelitian kualitatif, fokus utamanya adalah pada makna dan lebih menitikberatkan pada data kualitatif dengan analisis kualitatif.

---

<sup>46</sup> Ibid., hlm 62.

**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.

Meskipun demikian, data kuantitatif tetap dianggap sebagai fenomena yang mendukung analisis kualitatif. Data kuantitatif digunakan untuk memperkuat analisis kualitatif guna menghasilkan kesimpulan makna yang menjadi hasil akhir dari penelitian.<sup>47</sup>

Menurut Kaelan dalam Ibrahim sumber data itu adalah mereka yang disebut narasumber, informan, partisipan teman dan guru dalam penelitian.<sup>48</sup> Sedangkan menurut Santori sumber data dapat berupa benda, orang, maupun nilai, atau pihak yang dipandang mengetahui tentang sosial situation dalam objek material penelitian (sumber informasi).<sup>49</sup> Sumber data dibagi menjadi 2

**a. Data Primer**

Data primer merupakan data utama kebutuhan mendasar dari penelitian ini. Data primer adalah sumber utama yang dapat memberikan informasi, fakta dan gambaran peristiwa yang diinginkan dalam penelitian atau sumber data pertama dalam dimana sebuah data dihasilkan. Dalam penelitian kualitatif, sumber data utama itu adalah kata-kata dan tindakan orang yang di amati atau di wawancara.<sup>50</sup> Pada penelitian ini data primer adalah hasil pengamatan dan wawancara dari para informan penelitian.

**b. Data Sekunder**

Sumber data sekunder adalah data-data yang diperoleh tidak berhubungan langsung dengan objek penelitian. Sumber data sekunder

<sup>47</sup> Sutopo, Metodologi Penelitian Kualitatif, Surakarta: Sebelas Maret University Press, 2002, hlm. 52

<sup>48</sup> Ibrahim, Metodologi Penelitian Kualitatif, (Bandung: Alfabeta, 2017) hlm.67.

<sup>49</sup> Ibid.,hlm 67.

<sup>50</sup> Ibid.,hlm 69

**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 sumber data pelengkap yang berfungsi melengkapi data yang diperlukan oleh data primer. Data ini biasanya berupa dokumen, arsip resmi, catatan, buku-buku, artikel ilmiah, jurnal, dan majalah dll.

#### 4. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling strategis dalam penelitian, karena tujuan dari penelitian adalah mendapatkan data. mendapatkan data yang memenuhi standar yang ditetapkan.<sup>51</sup> Berikut pola pengambilan data<sup>52</sup>:

##### a. Observasi

Observasi merupakan salah satu teknik pengumpulan data dengan cara mengamati, ataupun berpartisipasi dalam kegiatan yang dilakukan oleh subjek penelitian, dengan melakukan pemasukan perhatian terhadap sesuatu objek menggunakan seluruh alat indra, kemudian mencatat perilaku dan kejadian sebagaimana yang terjadi pada keadaan yang sebenarnya. Setelah berada di lapangan, peneliti akan mengatur agar kerumitan perilaku pada latar penelitian dapat direkam melalui pengamatan.<sup>53</sup> Hal ini mengarahkan peneliti pada seperangkat tanda yang membimbing kepekaan perasaannya, untuk mengamati peristiwa yang diperlukan bagi informasinya dan mencakup suatu lingkup situasi dan latar secara lengkap. Observasi dilakukan dengan melihat pola

<sup>51</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Penerbit Tabeta, 2011), hlm. 224.

<sup>52</sup> *Ibid*, hlm. 309.

<sup>53</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Penerbit Tabeta, 2011), hlm. 85.

**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.

konsumsi buah dan sayur pada anak usia dini 5-6 tahun di Taman Kanak-kanak Dahlia Suka Maju Kecamatan Tapung Hilir.

**b. Wawancara**

Wawancara merupakan sebuah cara untuk memperoleh data dengan cara dialog antara pewawancara dan narasumber. Berdasarkan strukturnya, wawancara dibedakan menjadi wawancara terstruktur dan tidak terstruktur. Pada wawancara terstruktur, hal-hal yang akan ditanyakan telah terstruktur dan telah ditetapkan sebelumnya secara rinci. Wawancara tidak terstruktur, hal-hal yang ditanyakan belum ditetapkan secara rinci. Rincian topik pertanyaan pada wawancara yang tak terstruktur disesuaikan dengan pelaksanaan wawancara di lapangan.<sup>54</sup> Wawancara atau *Interview* merupakan sebuah percakapan langsung (*face to face*) antara peneliti dan informan, dalam proses memperoleh keterangan untuk tujuan penelitian dengan cara tanya jawab. Wawancara digunakan sebagai teknik pengumpulan data untuk mencari informasi langsung dari sumbernya. Penelitian ini digunakan apabila peneliti ingin mengetahui hal-hal spesifik, mendalam dan konkret.<sup>55</sup>

**c. Dokumentasi**

Dokumentasi adalah mencari data mengenai hal-hal atau variabel yang berupa catatan, transkip, buku, surat kabar, majalah, prasasti,

<sup>54</sup> Asep Saeful Muhtadi, Agus Ahmad Syafei, Metode Penelitian Dakwah, (Bandung: Pustaka Setia, 2003), hlm. 161.

<sup>55</sup> Ridwan, *Belajar Mudah Penelitian Untuk Para Guru-Karyawan dan Peneliti Pemula*. (Bandung: Alfabeta 2008) 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.

notulen rapat, agenda dan sebagainya.<sup>56</sup> Teknik ini penulis lakukan dengan cara mengumpulkan data atau informasi secara tertulis melalui dokumen-dokumen, foto-foto dari kegiatan yang dilakukan Di Taman Kanak-kanak Dahlia Suka Maju.

### 5. Teknik Analisis Data

Analisis data yang dilakukan menggunakan teknik yang dinyatakan oleh Miles dan Huberman, yaitu :

#### a. Reduksi data

Reduksi data diartikan sebagai proses pemilihan, pemusatan perhatian pada penyederhanaan, pengabstrakan, dan transformasi data kasar yang muncul dari catatan-catatan tertulis di lapangan. Reduksi data berlangsung terus-menerus selama proyek yang berorientasi penelitian kualitatif berlangsung. Antisipasi akan adanya reduksi data sudah tampak waktu penelitiannya memutuskan (seringkal tanpa disadari sepenuhnya) kerangka konseptual wilayah penelitian, permasalahan penelitian, dan pendekatan pengumpulan data mana yang dipilihnya. Selama pengumpulan data berlangsung, terjadilah tahapan reduksi selanjutnya (membuat ringkasan, mengkode, menelusur tema, membuat gugus-gugus, membuat partisi, membuat memo). Reduksi data/transformasi ini berlanjut terus sesudah penelitian lapangan, sampai laporan akhir lengkap tersusun. Reduksi data merupakan bagian dari analisis.

<sup>56</sup> Suharsimi dan Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2006), hlm. 231.

**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.

Reduksi data merupakan suatu bentuk analisis yang menajamkan, menggolongkan, mengarahkan, membuang yang tidak perlu, dan mengorganisasi data dengan cara sedemikian rupa hingga kesimpulan-kesimpulan finalnya dapat ditarik dan diverifikasi. Dengan reduksi data peneliti tidak perlu mengartikannya sebagai kuantifikasi. Data kualitatif dapat disederhanakan dan ditransformasikan dalam aneka macam cara, yakni: melalui seleksi yang ketat, melalui ringkasan atau uraian singkat, menggolongkannya dalam satu pola yang lebih luas, dan sebagainya. Kadangkala dapat juga mengubah data ke dalam angka-angka atau peringkat-peringkat, tetapi tindakan ini tidak selalu bijaksana.

**b. Penyajian data**

Miles & Huberman membatasi suatu penyajian sebagai sekumpulan informasi tersusun yang memberi kemungkinan adanya penarikan kesimpulan dan pengambilan tindakan. Mereka meyakini bahwa penyajian-penyajian yang lebih baik merupakan suatu cara yang utama bagi analisis kualitatif yang valid, yang meliputi: berbagai jenis matrik, grafik, jaringan dan bagan. Semuanya dirancang guna menggabungkan informasi yang tersusun dalam suatu bentuk yang padu dan mudah diraih. Dengan demikian seorang penganalisis dapat melihat apa yang sedang terjadi, dan menentukan apakah menarik kesimpulan yang benar ataukah terus melangkah melakukan analisis yang menurut saran yang dikisahkan oleh penyajian sebagai sesuatu yang mungkin berguna.

**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.

### c. Menarik Kesimpulan

Penarikan kesimpulan menurut Miles & Huberman hanyalah sebagian dari satu kegiatan dari konfigurasi yang utuh. Kesimpulan-kesimpulan juga diverifikasi selama penelitian berlangsung. Verifikasi itu mungkin sesingkat pemikiran kembali yang melintas dalam pikiran penganalisis (peneliti) selama ia menulis, suatu tinjauan ulang pada catatan-catatan lapangan, atau mungkin menjadi begitu seksama dan menghabiskan tenaga dengan peninjauan kembali serta tukar pikiran di antara teman sejawat untuk mengembangkan kesepakatan intersubjektif atau juga upaya-upaya yang luas untuk menempatkan salinan suatu temuan dalam seperangkat data yang lain. Singkatnya, makna-makna yang muncul dari data yang lain harus diuji kebenarannya, kekokohnya, dan kecocokannya, yakni yang merupakan validitasnya. Kesimpulan akhir tidak hanya terjadi pada waktu proses pengumpulan data saja, akan tetapi perlu diverifikasi agar benar-benar dapat dipertanggung jawabkan.<sup>57</sup>

<sup>57</sup> Milws, M. B, Huberman,A,M dan Saldana,J, (2015), *Qualitative Data Analysis, A Methods Source, Edition 3, USA : Sage Publications*. Terjemahan Tjetjep Rohindi, Jakarta: UI press, hlm. 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.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan maka disimpulkan bahwa pengaruh pola konsumsi buah dan sayur terhadap perkembangan motorik kasar dan halus pada anak usia 5-6 Tahun di TK Dahlia Suka Maju. Dengan melakukan observasi dan wawancara dengan kepala sekolah dan wali murid serta pemberian arahan untuk anak dan wali murid. Sebagian besar anak menunjukkan perkembangan motorik kasar yang baik, terutama dalam kemampuan mengoordinasikan gerakan permainan fisik dan menggunakan kedua tangan secara seimbang. Namun, ada beberapa anak yang masih memerlukan pengembangan lebih lanjut, terutama dalam kemampuan melompat menggunakan kedua kaki dan melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi. Pola konsumsi buah dan sayur yang cukup ternyata memberikan dampak positif pada kemampuan motorik kasar dan motorik halus anak, yang didukung oleh kandungan vitamin dan mineral dalam buah dan sayur yang penting bagi perkembangan otot dan koordinasi tubuh. Pada aspek motorik halus, terlihat bahwa mayoritas anak memiliki kemampuan yang baik terutama dalam menirukan bentuk angka dan huruf serta menggunakan alat tulis dengan baik dan benar. Namun kemampuan dalam melakukan kegiatan menggunting sesuai dengan pola masih memerlukan perhatian lebih, karena hanya beberapa anak yang mampu melakukannya.



#### **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.

## **Saran**

Berdasarkan hasil penelitian ini, terdapat beberapa saran yang dapat dipertimbangkan:

### **1. Pihak Sekolah**

Sekolah diharapkan dapat terus memantau dan mengembangkan program-program yang mendukung perkembangan motorik anak, baik kasar maupun halus, dengan melibatkan berbagai aktivitas yang menarik dan bermanfaat bagi anak-anak.

### **2. Orang Tua**

Orang tua disarankan untuk lebih aktif dalam memastikan anak-anak mereka mengonsumsi buah dan sayur yang cukup serta terlibat dalam aktivitas fisik dan keterampilan motorik di rumah.

### **3. Penelitian Selanjutnya**

Penelitian selanjutnya diharapkan dapat melibatkan ukuran sampel yang lebih besar dan mempertimbangkan faktor-faktor eksternal lainnya yang mungkin mempengaruhi perkembangan motorik anak, seperti kondisi sosial-ekonomi dan akses terhadap gizi seimbang.

## DAFTAR PUSTAKA

**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.

Almatsier Sunita. 2001. *“Prinsip Dasar Ilmu Gizi”*. (Jakarta; PT Gramedia Pustaka)

Asep Saeful Muhtadi dan Agus Ahmad Syafei. 2003. *Metode Penelitian Dakwah*. Bandung: Pustaka Setia

Astawan Made. 2014. Kandungan Gizi Aneka Bahan Makanan. Jakarta: PT Gramedia

Burhan Bungin. 2005. *Metodologi Penelitian Kualitatif (Komunikasi, Ekonomi dan Kebijakan Publik serta Ilmu-Ilmu Sosial Lainnya)*. (Jakarta: Kencana Prenadamedia Group)

Berg, A. 1986. Peranan Gizi Dalam Pembangunan Nasional. (CV Rajawali. Jakarta)

Cut Rica Fitriya Ananda, dkk. 2017. Hubungan Status Gizi Dengan Fisik Motorik Anak TK FKIP UNSYIAH Darussalam Banda Aceh. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Unsyiah*. (Banda Aceh: Unsyiah)

Ecep Sudirjo dan Muhammad Nur Alif. 2018. *Pertumbuhan dan Perkembangan Motorik Konsep Perkembangan dan Pertumbuhan Fisik dan Gerak Manusia*. (Jawa Barat: UPI Sumedang Press)

Edy Waspada. 2014. Perbedaan Pengaruh Permainan Tradisional dan Latihan Kecerdasan Kinestetik Terhadap Kemampuan Motorik dan Kecerdasan Emosional. *TESIS*, (Surakarta: Universitas Sebelas Maret)

Helmwati. 2015. *“Mengenal dan Memahami PAUD”* (Bandung: Remaja Rosdakarya)

Harlock. Elizabeth B. 1987. *Perkembangan Anak*. (Jakarta: Erlangga)

Ibrahim. 2017. *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Alfabeta)

Ichsan, B., Wibowo, B., & Sidiq, M. 2015. Penyuluhan Pentingnya Sayuran Bagi Anak-Anak Di Tk Aisyiyah Kwadungan, Trowangsan, Malangjiwan, Colomadu, Karanganyar, Jawatengah. *WARTA*, Vol .18, No.1, 29 -32.

**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.

Jepi Anggari. 2021. Efek Kurang Gizi Terhadap Perkembangan Motorik Anak Usia 2-3 Tahun Di Kelurahan Pagar Dewa Kecamatan Selebar Kota Bengkulu. *Skripsi PAUD*. (Bengkulu: IAIN Bengkulu)

Kamus Besar Bahasa Indonesia Edisi IV. 2008. (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama)

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2014. Pedoman Gizi Seimbang. Ditjen Bina Gizi dan KIA. Jakarta.

Khadijah. 2016. *Pendidikan Prasekolah*. (Medan: Lembaga Peduli Perdana Publishing)

Khomsan Ali, dkk . 2013. “*Teknik Pengukuran Pengetahuan Gizi, Departemen Gizi Masyarakat dan Sumber Daya Keluarga*”. (Bogor: Fakultas Pertanian IPB)

Marlinda Putri Dejesetya. 2016. Pola Konsumsi Sayur dan Buah Anak Usia Dini 5-6 Tahun Pada Masyarakat Pesisir Desa Randusanga Kulon Brebes” *Skripsi PAUD*. (Semarang: Universitas Negeri Semarang)

Milws, M. B, Huberman,A,M dan Saldana, J. 2015. *Qualitative Data Analysis, A Methods Source, Edition 3, USA* : Sage Publications. Terjemahan Tjetjep Rohindi Rohidi, (Jakarta: UI press)

Morisson. G.S. 2012. *Dasar-Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*. (Jakarta:Indeks)

Notoatmojo, Sukidjo. 2003. ”*Ilmu Kesehatan Masyarakat*”. (Jakarta: Rineka Cipta)

Novan A.W. 2014. *Psikologi Perkembangan Anak Usia Dini*. (Yogyakarta: Gava Media)

Permendikbud No. 7 Tahun 2022 *Pendidikan Anak Usia Dini*

Prasetya. 2013. Hubungan Antara Status Gizi Dengan Kemampuan Gerak Umum Siswa Putra Kelas XI Sekolah Menengah Atas. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Pendidikan Kesehatan*.

Purwani, Mulyono, dkk. 2013. “Pola Pemberian Makan Dengan Status Gizi Anak Usia 1-5 Tahun Di Kabupaten Temanggung” *Jurnal Keperawatan Anak Vol 8 No. 1*. Temanggung

**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.

Pratitasari, D. 2010. *Makan Sayur Seasyik Bermain*. (PT Bentang Pustaka. Yogyakarta)

Praverawati, Atikah. 2008. Jenis Kelamin Anak, Pendidikan Ibu, dan Motivasi dari Guru serta Hubungannya dengan Preferensi Makanan Sekolah pada Anak Prasekolah di TK universitas Muhammadiyah Purwokerto. Jurnal: *Gizi Klinik Indonesia*.

Ridwan. 2008. *Belajar Mudah Penelitian Untuk Para Guru-Karyawan dan Peneliti Pemula*. Bandung: Alfabeta

Rizka Juwita. 2020. Urugensi Pengetahuan Gizi Dalam Peningkatan Kesehatan Anak Usia Dini. *Skripsi PAUD*. Pekanbaru: UIN Sultan Syarif Kasim Riau

Rohyana Fitriani. 2018. “Perkembangan Fisik Motorik Anak Usia Dini” *Jurnal Golden Age Hamzanwadi University* (Lombok: Universitas Hamzanwandi).

Sadjaja, Basuki, dkk. 2009. *Kamus Gizi Pelengkap Kesehatan Keluarga*. Jakarta: Kompas Media Nusantara

Santoso dan Ranti. 2009. “*Kesehatan dan Gizi*” (Jakarta: Rineka Cipta).

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

Sitorus, Ronald. 2009. *Makanan Sehat dan Bergizi*. Bandung: Yamaha Widya

Slamet Suyanto. 2005. *Dasar-Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*. (Yogyakarta: Hikayat Publishing)

Story, M. 2002. Individual and environmental influence on adolescent eating behaviors. *Journal of American Diet Association*. Mar; 102 (3 Suppl): S40-51. United States.

Sugiyono. 2011. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Penerbit Tabeta

Sugiyono. 2019. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Penerbit Tabeta

Sugiyono. 2019. *Statistik Untuk Penelitian* (Bandung:Alfabeta)

Suharjo. 2003. “*Berbagai Cara Pendidikan Gizi Ed. 1*”(Jakarta: Bumi Aksara)

**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.

Suharsimi dan Arikunto. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Prakti*. Jakarta: Rineka Cipta.

Sugiyono. 2002. Metodologi Penelitian Kualitatif, Surakarta: Sebelas Maret University Press

Syamsu Yusuf LN. 2014. “*Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*”, Bandung: Remaja Rosdakarya

Tuti Soenardi. 2006. “*Gizi Seimbang untuk Bayi dan Balita. In : Soekirman. Hidup Sehat Gizi Seimbang dalam Siklus Kehidupan Manusia*” (Jakarta: Primedia Pustaka)

Witradharma, & Jumiyati. 2019. Efektifitas Media Cerita Bergambar (CERGAM) terhadap Pengetahuan, Sikap dan Tindakan Siswa PAUD/TK. ejurnal poltekkes tjk ISSN 2086-7751 (Print), ISSN 2548-5695 (Online) , 193 -203.

Wardhani, R., & Budiono, I. (2018). Lagu Edukasi Gizi Lebih Efektif Meningkatkan Pengetahuan Sayur & Buah Pada Siswi Perempuan. Journal of Health Education, 99 -109.

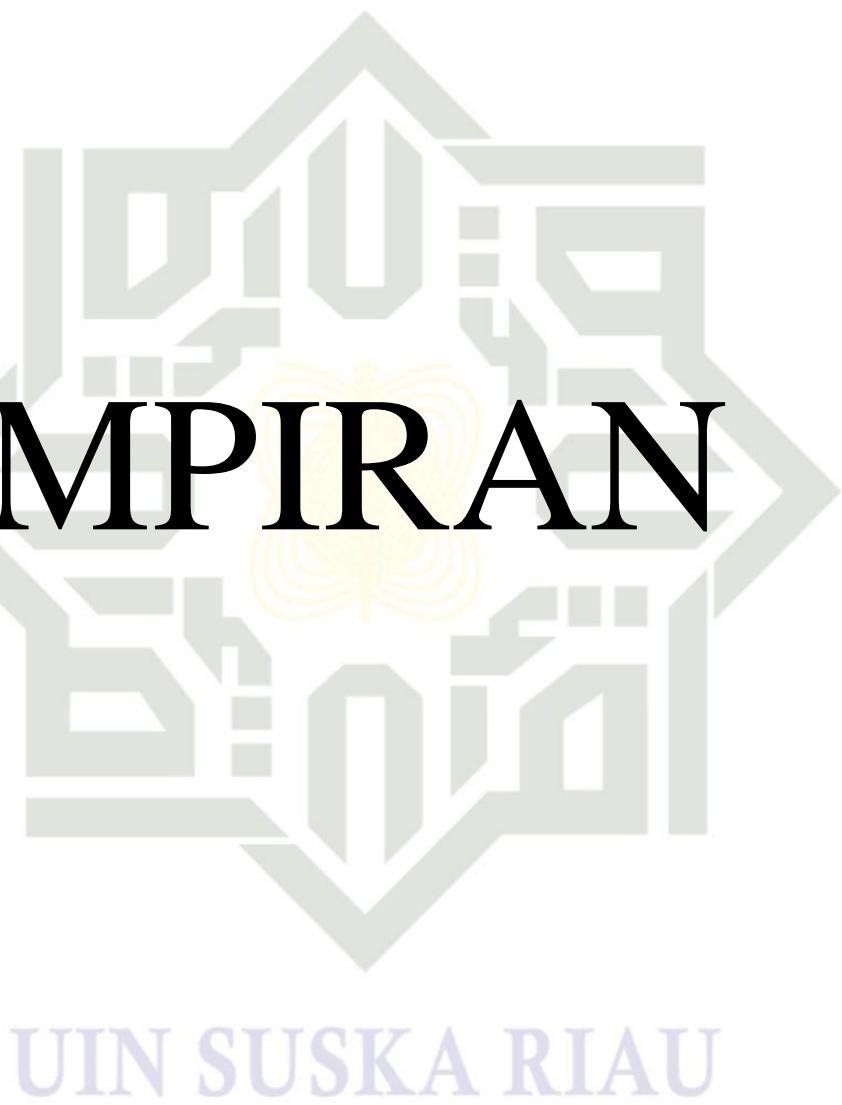




© Hak cipta milik UIN Suska Riau

**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.



State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

## © Hak cipta milik UIN Suska Riau

## Lampiran 1

**Lembar Observasi Anak Tentang Pola Konsumsi Buah Dan Sayur Untuk Meningkatkan Perkembangan Fisik Motorik Pada Anak Usia Dini 5-6 Tahun Di TK Dahlia Suka Maju**

Nama : Kenzie Rizky Agustian

Hari/Tanggal : Senin, 26 Agustus 2024

Tempat : TK Dahlia

No	Variabel	Indikator	Alternatif Jawaban		Keterangan
			Ya	Tidak	
1.	Kemampuan Dalam Mengembangkan Motorik Kasar	Anak mampu Melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih kelenturan, keseimbangan dan kelincahan.	✓		
		Anak mampu melompat dengan kedua kaki.		✓	
		Anak mampu untuk mengkoordinasikan gerakan permainan fisik.	✓		
		Anak Mampu menggunakan tangan kanan dan kiri.	✓		
		Anak mampu melakukan kegiatan kebersihan diri.	✓		

**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.

Kemampuan Dalam Mengembangkan Motorik Halus	Anak mampu melakukan kegiatan menggunting sesuai dengan pola	✓	
	Anak mampu menggunakan alat tulis seperti pensil dan pewarna dengan baik dan benar	✓	
	Anak mampu menirukan bentuk angka dan huruf	✓	
	Anak mampu membuka dan menutup kembali bekal makanan yang dibawa		✓

**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.

**Lembar Observasi Anak Tentang Pola Konsumsi Buah Dan Sayur Untuk Meningkatkan Perkembangan Fisik Motorik Pada Anak Usia Dini 5-6**
**Tahun Di TK Dahlia Suka Maju**

Nama : Afiva Widuri BR. Nasution

Hari/Tanggal : Senin, 26 Agustus 2024

Tempat : TK Dahlia

No	Variabel	Indikator	Alternatif Jawaban		Keterangan
			Ya	Tidak	
	Kemampuan Dalam Mengembangkan Motorik Kasar	Anak mampu Melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih kelenturan, keseimbangan dan kelincahan.	✓		
		Anak mampu melompat dengan kedua kaki.	✓		
		Anak mampu untuk mengkoordinasikan gerakan permainan fisik.	✓		
		Anak Mampu menggunakan tangan kanan dan kiri.	✓		
		Anak mampu melakukan kegiatan kebersihan diri.		✓	

© **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.

Kemampuan Dalam Mengembangkan Motorik Halus	Anak mampu melakukan kegiatan menggunting sesuai dengan pola	✓	
	Anak mampu menggunakan alat tulis seperti pensil dan pewarna dengan baik dan benar	✓	
	Anak mampu menirukan bentuk angka dan huruf	✓	
	Anak mampu membuka dan menutup kembali bekal makanan yang dibawa		✓

UIN SUSKA RIAU

**Lembar Observasi Anak Tentang Pola Konsumsi Buah Dan Sayur Untuk Meningkatkan Perkembangan Fisik Motorik Pada Anak Usia Dini 5-6**

**Tahun Di TK Dahlia Suka Maju**

Nama : Afrin Nahdifa Almahira

Hari/Tanggal : senin, 26 Agustus 2024

Tempat : TK Dahlia

No	Variabel	Indikator	Alternatif Jawaban		Keterangan
			Ya	Tidak	
	Kemampuan Dalam Mengembangkan Motorik Kasar	Anak mampu Melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih kelenturan, keseimbangan dan kelincahan.	✓		
		Anak mampu melompat dengan kedua kaki.		✓	
		Anak mampu untuk mengkoordinasikan gerakan permainan fisik.	✓		
		Anak Mampu menggunakan tangan kanan dan kiri.		✓	
		Anak mampu melakukan kegiatan kebersihan diri.	✓		

**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.

Kemampuan Dalam Mengembangkan Motorik Halus	Anak mampu melakukan kegiatan menggunting sesuai dengan pola	✓		
	Anak mampu menggunakan alat tulis seperti pensil dan pewarna dengan baik dan benar	✓		
	Anak mampu menirukan bentuk angka dan huruf	✓		
	Anak mampu membuka dan menutup kembali bekal makanan yang dibawa	✓		

**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.

**Lembar Observasi Anak Tentang Pola Konsumsi Buah Dan Sayur Untuk Meningkatkan Perkembangan Fisik Motorik Pada Anak Usia Dini 5-6**
**Tahun Di TK Dahlia Suka Maju**

Nama : Anaya Fathiyaturahman

Hari/Tanggal : Senin, 26 Agustus 2024

Tempat : TK Dahlia

No	Variabel	Indikator	Alternatif Jawaban		Keterangan
			Ya	Tidak	
	Kemampuan Dalam Mengembangkan Motorik Kasar	Anak mampu Melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih kelenturan, keseimbangan dan kelincahan.		✓	
		Anak mampu melompat dengan kedua kaki.	✓		
		Anak mampu untuk mengkoordinasikan gerakan permainan fisik.	✓		
		Anak Mampu menggunakan tangan kanan dan kiri.	✓		
		Anak mampu melakukan kegiatan kebersihan diri.	✓		

Kemampuan Dalam Mengembangkan Motorik Halus	Anak mampu melakukan kegiatan menggunting sesuai dengan pola	✓		
	Anak mampu menggunakan alat tulis seperti pensil dan pewarna dengan baik dan benar	✓		
	Anak mampu menirukan bentuk angka dan huruf	✓		
	Anak mampu membuka dan menutup kembali bekal makanan yang dibawa	✓		

**Lembar Observasi Anak Tentang Pola Konsumsi Buah Dan Sayur Untuk Meningkatkan Perkembangan Fisik Motorik Pada Anak Usia Dini 5-6**

**Tahun Di TK Dahlia Suka Maju**

Nama : Aqsha Clemira Wafa

Hari/Tanggal : Senin, 26 Agustus 2024

Tempat : TK Dahlia

No	Variabel	Indikator	Alternatif Jawaban		Keterangan
			Ya	Tidak	
	Kemampuan Dalam Mengembangkan Motorik Kasar	Anak mampu Melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih kelenturan, keseimbangan dan kelincahan.	✓		
		Anak mampu melompat dengan kedua kaki.		✓	
		Anak mampu untuk mengkoordinasikan gerakan permainan fisik.	✓		
		Anak Mampu menggunakan tangan kanan dan kiri.	✓		
		Anak mampu melakukan kegiatan kebersihan diri.	✓		

**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.

Kemampuan Dalam Mengembangkan Motorik Halus	Anak mampu melakukan kegiatan menggunting sesuai dengan pola	✓	
	Anak mampu menggunakan alat tulis seperti pensil dan pewarna dengan baik dan benar	✓	
	Anak mampu menirukan bentuk angka dan huruf	✓	
	Anak mampu membuka dan menutup kembali bekal makanan yang dibawa		✓

**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.

**Lembar Observasi Anak Tentang Pola Konsumsi Buah Dan Sayur Untuk Meningkatkan Perkembangan Fisik Motorik Pada Anak Usia Dini 5-6 Tahun Di TK Dahlia Suka Maju**

Nama : Aulia Ramadani

Hari/Tanggal : Selasa, 27 Agustus 2024

Tempat : TK Dahlia

No	Variabel	Indikator	Alternatif Jawaban		Keterangan
			Ya	Tidak	
1.	Kemampuan Dalam Mengembangkan Motorik Kasar	Anak mampu Melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih kelenturan, keseimbangan dan kelincahan.	✓		
		Anak mampu melompat dengan kedua kaki.		✓	
		Anak mampu untuk mengkoordinasikan gerakan permainan fisik.	✓		
		Anak Mampu menggunakan tangan kanan dan kiri.	✓		

<b>© Hak cipta milik UIN Suska Riau</b> <b>State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau</b>	<b>Kemampuan Dalam Mengembangkan Motorik Halus</b>	Anak mampu melakukan kegiatan kebersihan diri.	✓		
		Anak mampu melakukan kegiatan menggunting sesuai dengan pola	✓		
		Anak mampu menggunakan alat tulis seperti pensil dan pewarna dengan baik dan benar		✓	
		Anak mampu menirukan bentuk angka dan huruf		✓	

**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.

**Lembar Observasi Anak Tentang Pola Konsumsi Buah Dan Sayur Untuk Meningkatkan Perkembangan Fisik Motorik Pada Anak Usia Dini 5-6**
**Tahun Di TK Dahlia Suka Maju**

Nama : Dzaky Alghifari Hasibuan

Hari/Tanggal : Selasa, 27 Agustus 2024

Tempat : TK Dahlia

No	Variabel	Indikator	Alternatif Jawaban		Keterangan
			Ya	Tidak	
	Kemampuan Dalam Mengembangkan Motorik Kasar	Anak mampu Melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih kelenturan, keseimbangan dan kelincahan.		✓	
		Anak mampu melompat dengan kedua kaki.	✓		
		Anak mampu untuk mengkoordinasikan gerakan permainan fisik.	✓		
		Anak Mampu menggunakan tangan kanan dan kiri.	✓		
		Anak mampu melakukan kegiatan kebersihan diri.	✓		

Kemampuan Dalam Mengembangkan Motorik Halus	Anak mampu melakukan kegiatan menggunting sesuai dengan pola	✓	
	Anak mampu menggunakan alat tulis seperti pensil dan pewarna dengan baik dan benar	✓	
	Anak mampu menirukan bentuk angka dan huruf	✓	
	Anak mampu membuka dan menutup kembali bekal makanan yang dibawa		✓

**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.

**Lembar Observasi Anak Tentang Pola Konsumsi Buah Dan Sayur Untuk  
Meningkatkan Perkembangan Fisik Motorik Pada Anak Usia Dini 5-6  
Tahun Di TK Dahlia Suka Maju**

Nama : Fadhillah Cellsi Arianti

Hari/Tanggal : Selasa, 27 Agustus 2024

Tempat : TK Dahlia

No	Variabel	Indikator	Alternatif Jawaban		Keterangan
			Ya	Tidak	
1.	Kemampuan Dalam Mengembangkan Motorik Kasar	Anak mampu Melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih kelenturan, keseimbangan dan kelincahan.	✓		
		Anak mampu melompat dengan kedua kaki.		✓	
		Anak mampu untuk mengkoordinasikan gerakan permainan fisik.	✓		
		Anak Mampu menggunakan tangan kanan dan kiri.	✓		
		Anak mampu melakukan kegiatan kebersihan diri.		✓	

**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.

Kemampuan Dalam Mengembangkan Motorik Halus	Anak mampu melakukan kegiatan menggunting sesuai dengan pola	✓	
	Anak mampu menggunakan alat tulis seperti pensil dan pewarna dengan baik dan benar	✓	
	Anak mampu menirukan bentuk angka dan huruf	✓	
	Anak mampu membuka dan menutup kembali bekal makanan yang dibawa		✓

**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.

**Lembar Observasi Anak Tentang Pola Konsumsi Buah Dan Sayur Untuk Meningkatkan Perkembangan Fisik Motorik Pada Anak Usia Dini 5-6**
**Tahun Di TK Dahlia Suka Maju**

Nama : Fahmi Azka Awwab Rafasya

Hari/Tanggal : Selasa, 27 Agustus 2024

Tempat : TK Dahlia

No	Variabel	Indikator	Alternatif Jawaban		Keterangan
			Ya	Tidak	
	Kemampuan Dalam Mengembangkan Motorik Kasar	Anak mampu Melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih kelenturan, keseimbangan dan kelincahan.	✓		
		Anak mampu melompat dengan kedua kaki.	✓		
		Anak mampu untuk mengkoordinasikan gerakan permainan fisik.		✓	
		Anak Mampu menggunakan tangan kanan dan kiri.	✓		
		Anak mampu melakukan kegiatan kebersihan diri.	✓		

© **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.

Kemampuan Dalam Mengembangkan Motorik Halus	Anak mampu melakukan kegiatan menggunting sesuai dengan pola	✓	
	Anak mampu menggunakan alat tulis seperti pensil dan pewarna dengan baik dan benar	✓	
	Anak mampu menirukan bentuk angka dan huruf	✓	
	Anak mampu membuka dan menutup kembali bekal makanan yang dibawa		✓

**UIN SUSKA RIAU**

**Lembar Observasi Anak Tentang Pola Konsumsi Buah Dan Sayur Untuk Meningkatkan Perkembangan Fisik Motorik Pada Anak Usia Dini 5-6**

**Tahun Di TK Dahlia Suka Maju**

Nama : Fais Syafije

Hari/Tanggal : Selasa, 27 Agustus 2024

Tempat : TK Dahlia

No	Variabel	Indikator	Alternatif Jawaban		Keterangan
			Ya	Tidak	
	Kemampuan Dalam Mengembangkan Motorik Kasar	Anak mampu Melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih kelenturan, keseimbangan dan kelincahan.	✓		
		Anak mampu melompat dengan kedua kaki.		✓	
		Anak mampu untuk mengkoordinasikan gerakan permainan fisik.	✓		
		Anak Mampu menggunakan tangan kanan dan kiri.	✓		
		Anak mampu melakukan kegiatan kebersihan diri.	✓		

**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.

Kemampuan Dalam Mengembangkan Motorik Halus	Anak mampu melakukan kegiatan menggunting sesuai dengan pola	✓	
	Anak mampu menggunakan alat tulis seperti pensil dan pewarna dengan baik dan benar	✓	
	Anak mampu menirukan bentuk angka dan huruf	✓	
	Anak mampu membuka dan menutup kembali bekal makanan yang dibawa		✓

**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.

**Lembar Observasi Anak Tentang Pola Konsumsi Buah Dan Sayur Untuk Meningkatkan Perkembangan Fisik Motorik Pada Anak Usia Dini 5-6 Tahun Di TK Dahlia Suka Maju**

Nama : Fihadina Saputri

Hari/Tanggal : Selasa, 27 Agustus 2024

Tempat : TK Dahlia

No	Variabel	Indikator	Alternatif Jawaban		Keterangan
			Ya	Tidak	
1.	Kemampuan Dalam Mengembangkan Motorik Kasar	Anak mampu Melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih kelenturan, keseimbangan dan kelincahan.		✓	
		Anak mampu melompat dengan kedua kaki.	✓		
		Anak mampu untuk mengkoordinasikan gerakan permainan fisik.	✓		
		Anak Mampu menggunakan tangan kanan dan kiri.	✓		
		Anak mampu melakukan kegiatan kebersihan diri.		✓	

**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.

Kemampuan Dalam Mengembangkan Motorik Halus	Anak mampu melakukan kegiatan menggunting sesuai dengan pola	✓	
	Anak mampu menggunakan alat tulis seperti pensil dan pewarna dengan baik dan benar	✓	
	Anak mampu menirukan bentuk angka dan huruf	✓	
	Anak mampu membuka dan menutup kembali bekal makanan yang dibawa		✓

**Lembar Observasi Anak Tentang Pola Konsumsi Buah Dan Sayur Untuk  
Meningkatkan Perkembangan Fisik Motorik Pada Anak Usia Dini 5-6  
Tahun Di TK Dahlia Suka Maju**

Nama : Ghisel Nur Cahaya

Hari/Tanggal : Rabu, 28 Agustus 2024

Tempat : TK Dahlia

No	Variabel	Indikator	Alternatif Jawaban		Keterangan
			Ya	Tidak	
1.	Kemampuan Dalam Mengembangkan Motorik Kasar	Anak mampu Melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih kelenturan, keseimbangan dan kelincahan.	✓		
		Anak mampu melompat dengan kedua kaki.		✓	
		Anak mampu untuk mengkoordinasikan gerakan permainan fisik.	✓		
		Anak Mampu menggunakan tangan kanan dan kiri.		✓	
		Anak mampu melakukan kegiatan kebersihan diri.	✓		

Kemampuan Dalam Mengembangkan Motorik Halus	Anak mampu melakukan kegiatan menggunting sesuai dengan pola	✓	
	Anak mampu menggunakan alat tulis seperti pensil dan pewarna dengan baik dan benar	✓	
	Anak mampu menirukan bentuk angka dan huruf	✓	
	Anak mampu membuka dan menutup kembali bekal makanan yang dibawa		✓



**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.

**Lembar Observasi Anak Tentang Pola Konsumsi Buah Dan Sayur Untuk Meningkatkan Perkembangan Fisik Motorik Pada Anak Usia Dini 5-6**

**Tahun Di TK Dahlia Suka Maju**

Nama : Hafiz Fathurahman Syahputra

Hari/Tanggal : Rabu, 28 Agustus 2024

Tempat : TK Dahlia

No	Variabel	Indikator	Alternatif Jawaban		Keterangan
			Ya	Tidak	
	Kemampuan Dalam Mengembangkan Motorik Kasar	Anak mampu Melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih kelenturan, keseimbangan dan kelincahan.	✓		
		Anak mampu melompat dengan kedua kaki.	✓		
		Anak mampu untuk mengkoordinasikan gerakan permainan fisik.	✓		
		Anak Mampu menggunakan tangan kanan dan kiri.	✓		
		Anak mampu melakukan kegiatan kebersihan diri.		✓	

©

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.

Kemampuan Dalam Mengembangkan Motorik Halus	Anak mampu melakukan kegiatan menggunting sesuai dengan pola	✓	
	Anak mampu menggunakan alat tulis seperti pensil dan pewarna dengan baik dan benar	✓	
	Anak mampu menirukan bentuk angka dan huruf	✓	
	Anak mampu membuka dan menutup kembali bekal makanan yang dibawa		✓

UIN SUSKA RIAU

**Lembar Observasi Anak Tentang Pola Konsumsi Buah Dan Sayur Untuk Meningkatkan Perkembangan Fisik Motorik Pada Anak Usia Dini 5-6**

**Tahun Di TK Dahlia Suka Maju**

Nama : Hanif Maulana Alfarizqi

Hari/Tanggal : Rabu, 28 Agustus 2024

Tempat : TK Dahlia

No	Variabel	Indikator	Alternatif Jawaban		Keterangan
			Ya	Tidak	
	Kemampuan Dalam Mengembangkan Motorik Kasar	Anak mampu Melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih kelenturan, keseimbangan dan kelincahan.		✓	
		Anak mampu melompat dengan kedua kaki.		✓	
		Anak mampu untuk mengkoordinasikan gerakan permainan fisik.	✓		
		Anak Mampu menggunakan tangan kanan dan kiri.	✓		
		Anak mampu melakukan kegiatan kebersihan diri.	✓		

**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.

Kemampuan Dalam Mengembangkan Motorik Halus	Anak mampu melakukan kegiatan menggunting sesuai dengan pola	✓	
	Anak mampu menggunakan alat tulis seperti pensil dan pewarna dengan baik dan benar	✓	
	Anak mampu menirukan bentuk angka dan huruf	✓	
	Anak mampu membuka dan menutup kembali bekal makanan yang dibawa		✓

**Lembar Observasi Anak Tentang Pola Konsumsi Buah Dan Sayur Untuk Meningkatkan Perkembangan Fisik Motorik Pada Anak Usia Dini 5-6**

**Tahun Di TK Dahlia Suka Maju**

Nama : Herdiansyah Prayuda

Hari/Tanggal : Rabu, 28 Agustus 2024

Tempat : TK Dahlia

No	Variabel	Indikator	Alternatif Jawaban		Keterangan
			Ya	Tidak	
1.	Kemampuan Dalam Mengembangkan Motorik Kasar	Anak mampu Melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih kelenturan, keseimbangan dan kelincahan.	✓		
		Anak mampu melompat dengan kedua kaki.		✓	
		Anak mampu untuk mengkoordinasikan gerakan permainan fisik.	✓		
		Anak Mampu menggunakan tangan kanan dan kiri.	✓		
2.		Anak mampu melakukan kegiatan kebersihan diri.	✓		

**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.

Kemampuan Dalam Mengembangkan Motorik Halus	Anak mampu melakukan kegiatan menggunting sesuai dengan pola	✓	
	Anak mampu menggunakan alat tulis seperti pensil dan pewarna dengan baik dan benar	✓	
	Anak mampu menirukan bentuk angka dan huruf	✓	
	Anak mampu membuka dan menutup kembali bekal makanan yang dibawa		✓

**Lembar Observasi Anak Tentang Pola Konsumsi Buah Dan Sayur Untuk Meningkatkan Perkembangan Fisik Motorik Pada Anak Usia Dini 5-6**

**Tahun Di TK Dahlia Suka Maju**

Nama : Hitaro Maju Sihombing

Hari/Tanggal : Rabu, 28 Agustus 2024

Tempat : TK Dahlia

No	Variabel	Indikator	Alternatif Jawaban		Keterangan
			Ya	Tidak	
1	Kemampuan Dalam Mengembangkan Motorik Kasar	Anak mampu Melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih kelenturan, keseimbangan dan kelincahan.	✓		
		Anak mampu melompat dengan kedua kaki.		✓	
		Anak mampu untuk mengkoordinasikan gerakan permainan fisik.	✓		
		Anak Mampu menggunakan tangan kanan dan kiri.	✓		
		Anak mampu melakukan kegiatan kebersihan diri.	✓		

**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.

**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.

Kemampuan Dalam Mengembangkan Motorik Halus	Anak mampu melakukan kegiatan menggunting sesuai dengan pola		✓	
	Anak mampu menggunakan alat tulis seperti pensil dan pewarna dengan baik dan benar		✓	
	Anak mampu menirukan bentuk angka dan huruf	✓		
	Anak mampu membuka dan menutup kembali bekal makanan yang dibawa		✓	

**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.

**Lembar Observasi Anak Tentang Pola Konsumsi Buah Dan Sayur Untuk Meningkatkan Perkembangan Fisik Motorik Pada Anak Usia Dini 5-6 Tahun Di TK Dahlia Suka Maju**

Nama : Izzatun Nisa  
Hari/Tanggal : Rabu, 28 Agustus 2024  
Tempat : TK Dahlia

No	Variabel	Indikator	Alternatif Jawaban		Keterangan
			Ya	Tidak	
1.	Kemampuan Dalam Mengembangkan Motorik Kasar	Anak mampu Melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih kelenturan, keseimbangan dan kelincahan.	✓		
		Anak mampu melompat dengan kedua kaki.		✓	
		Anak mampu untuk mengkoordinasikan gerakan permainan fisik.	✓		
		Anak Mampu menggunakan tangan kanan dan kiri.	✓		
		Anak mampu melakukan kegiatan kebersihan diri.		✓	

Kemampuan Dalam Mengembangkan Motorik Halus	Anak mampu melakukan kegiatan menggunting sesuai dengan pola	✓	
	Anak mampu menggunakan alat tulis seperti pensil dan pewarna dengan baik dan benar	✓	
	Anak mampu menirukan bentuk angka dan huruf	✓	
	Anak mampu membuka dan menutup kembali bekal makanan yang dibawa		✓

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

**Pedoman Wawancara Dengan Kepala Sekolah Tentang Pola Konsumsi Buah Dan Sayur Untuk Meningkatkan Perkembangan Fisik Motorik Pada Anak Usia Dini 5-6 Tahun TK Dahlia Suka Maju Kecamatan Tapung Hilir**

Informan	: Peristiwati, S.Pd. AUD
Jabatan	: Kepala Sekolah
Tempat	: Kantor
Tanggal	: 12 Agustus 2024
Pukul	: 09.00
Karika	: Apakah sejauh ini yang ibu ketahui tentang pola konsumsi sayur dan buah pada anak murid ibu melalui pembekalannya?
Kepala Sekolah	: Yang saya jujur-jujur aja ya kak sejauh ini anak anak murid saya sudah menunjukkan perkembangan yang baik apalagi motorik kasar nya itu udah lumayan bagus , tapi motorik halus nya yang masih perlu di kembangkan. Nah kalau untuk bekal yang di bawa anak anak murid saya ini memang lebih banyak yang bawa mie, nugget, sosis, yang bawa jajanan pun ada. Saya sudah sering kali memberitahu anak anak dan orang tua wali murid untuk membawakan bekal kepada anak anak mereka seperti sayur sayuran dan buah tapi kebanyakan orang tua ya gitu lah kak masih susah mendengarkan.
Karika	: Bagaimana dengan perkembangan fisik motorik anak anak yang ada di sekolah ibu ini ?
Kepala Sekolah	: Kalau untuk perkembangan fisik motorik kasar anak sudah bagus kak tapi kalau untuk perkembangan fisik motorik halus itu yang perlu di kembangkan lagi dan perlu perhatian khusus.

**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 milik UIN Suska Riau

Karika

Kepala Sekolah

Karika

Kepala Sekolah

Karika

Kepala Sekolah

**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.

: Apakah ibu tidak ada memberikan pengarahan kepada anak-anak/ orang tua ?

: Jelas ada kak, sebisa mungkin kalau ada kegiatan rapat atau sebagai nya saya selalu mengimbau orang tua untuk tidak membawakan bekal anak berupa jajanan ringan maupun mie mie aja kak, begitu juga sama anak kak kalau mereka lagi makan ada terlihat sama saya anak bawa mie goreng ataupun nugget lah kak saya selalu bilang ke anak tersebut untuk besok ga boleh bawa bekal seperti itu lagi.

: Bagaimana cara ibu agar bisa menerapkan pola makan yang bergizi dan seimbang kepada anak-anak ?

: Sejauh ini kak kami mencoba adalah menyelipkan beberapa program contoh nya seperti yang pernah kami buat yaitu membuat nugget dari sayur bayam, membuat berbagai macam jus, dan ada juga membuat donat kentang, kalau untuk saat ini mungkin cuman ini yang masih kami coba terapkan ke anak-anak murid saya.

: Menurut ibu kira-kira apakah pola makan sayur dan buah mempengaruhi perkembangan fisik motorik halus dan fisik motorik kasar anak ?

: Tentu saja iya kak, kekurangan mengonsumsi sayur dan buah akan bersifat buruk untuk perkembangan kedepan anak.

**UIN SUSKA RIAU**

**State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau**

© Hak Cipta milik UIN Suska Riau

Lampiran 3

**Pedoman Wawancara Dengan Guru Kelas B2 Tentang Pola Konsumsi Buah Dan Sayur Untuk Meningkatkan Perkembangan Fisik Motorik Pada Anak Usia Dini 5-6 Tahun TK Dahlia Suka Maju Kecamatan Tapung Hilir**

Informan	: Ida Irmawati, S.E
Jabatan	: Guru Kelas B2
Tempat	: Ruang Kelas B2
Tanggal	: 13 Agustus 2024
Pukul	: 09.00
Karika	: Apa saja makanan yang sering di bawa oleh anak-anak?
Ibu Ida	: Makanan yang sering dibawa oleh anak-anak itu biasanya mie goreng, telur ceplok, nasi goreng, nugget, sate sama jajanan ciki ciki
Karika	: Apakah ada anak-anak yang tidak membawa bekal buku?
Ibu Ida	: Ada beberapa anak yang tidak membawa bekal
Karika	: Bagaimana cara guru mengontrol makanan yang dibawa oleh anak?
Ibu Ida	: Biasanya saya berkeliling ketika anak sedang makan dan mengontrol bekal yang dibawa pada setiap hari nya dan ketika masih ada anak yang tidak membawa bekal sayur dan buah saya selalu mengingatkan untuk besok membawa bekal sayur dan buah.
Karika	: Apakah ada anak yang terlihat malas saat menggerakkan tubuhnya?
Ibu Ida	: Ada, dia kalau belajar itu bawaan nya ngantuk saja
Karika	: Apakah ada anak yang susah menggerakkan badan pada saat aktivitas pembelajaran?
Ibu Ida	: Ada, kadang dalam proses aktivitas belajar itu adalah sekitar 5 orang anak yang susah sekali menggerakkan badan nya cuma dia saja

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

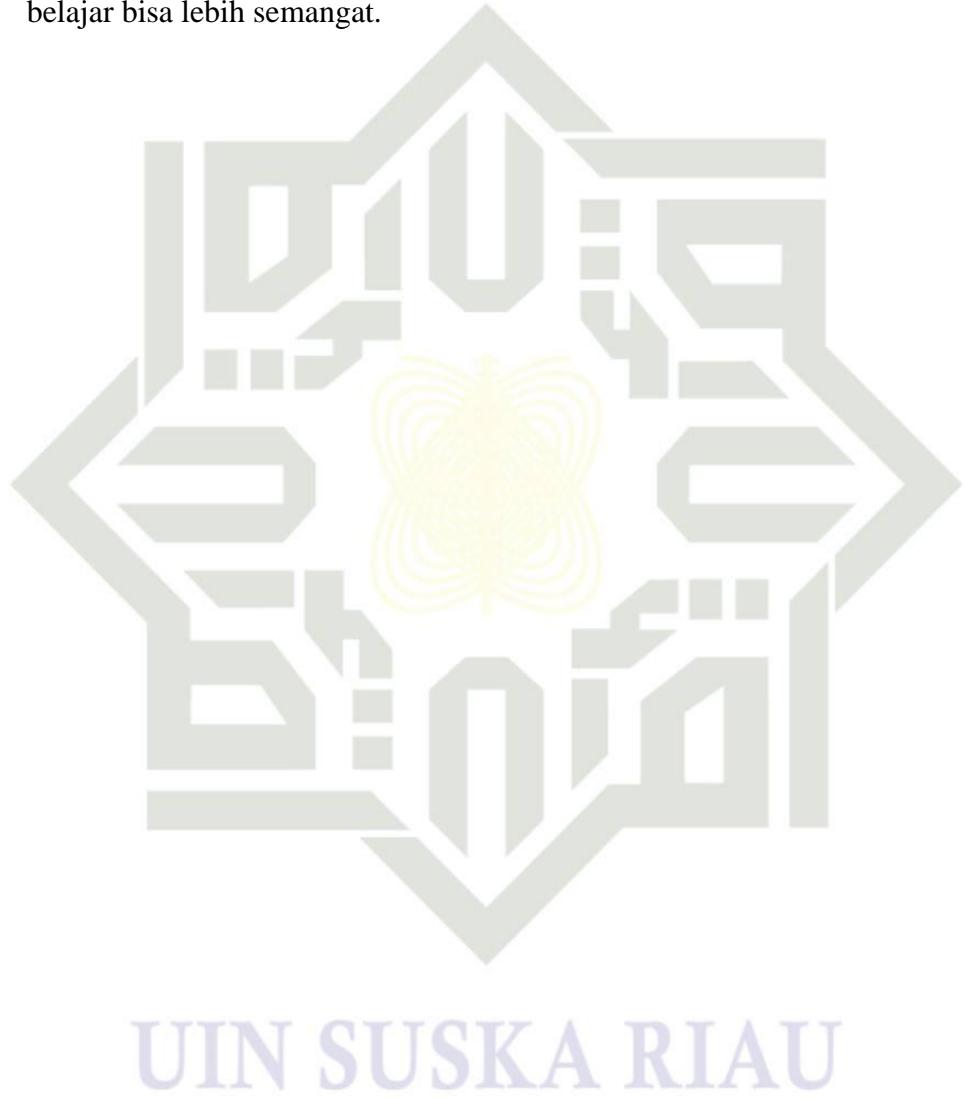
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan 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.

: Apakah upaya yang guru lakukan untuk mengembangkan fisik motorik anak?

: Biasa nya saya sebisa mungkin dari awal pembelajaran atau saat ice breaking saya memberikan ice breaking yang menarik yang dapat menggerakan seluruh badan jadi ketika nanti mereka mulai belajar bisa lebih semangat.



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

Lampiran 4

**Pedoman Wawancara Dengan Wali Murid B1 Tentang Pola Konsumsi Buah Dan Sayur Untuk Meningkatkan Perkembangan Fisik Motorik Pada Anak Usia Dini 5-6 Tahun TK Dahlia Suka Maju Kecamatan Tapung Hilir**

Informan	: Julia Savera
Jabatan	: Guru Kelas B1 / Operator
Tempat	: Ruang Kelas B1
Tanggal	: 14 Agustus 2024
Pukul	: 09.00
Karika	: Apa saja makanan yang sering dibawakan oleh anak-anak ibu di sekolah?
Ibu Juli	: Kalau di kelas saya ini anak-anak banyak yang bawa bekal mie goreng sama sosis goreng ada juga yang bawa ciki ciki
Karika	: Apakah ada anak yang tidak membawa bekal?
Ibu Juli	: Dikelas saya ini hampir semua bawa bekal tapi yang gitu lah bekal yang dibawa kebanyakan makan cepat saji
Karika	: Bagaimana perkembangan anak yang ada di sekolah terutama pada kelas ibu?
Ibu Juli	: Kalau berbicara masalah perkembangan anak tentu masih jauh dari kata berkembang, bekal yang mereka bawa saja seperti itu otomatis perkembangan anak juga tidak optimal dengan baik.
Karika	: Apakah upaya yang guru lakukan untuk mengembangkan fisik motorik anak?
Ibu Juli	: Saya biasanya menggunakan media yang ada saja di sekolah, jika tidak ada ya sekreativitas saya membuatnya contohnya bisa menempelkan biji kacang hijau pada pola, mengelompokan warna bola.

**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.

## **Pedoman Wawancara Dengan Wali Murid B1 Tentang Pola Konsumsi Buah Dan Sayur Untuk Meningkatkan Perkembangan Fisik Motorik Pada Anak**

### **Usia Dini 5-6 Tahun TK Dahlia Suka Maju Kecamatan Tapung Hilir**

Informan	: Anisa Januari
Jabatan	: Wali Murid
Tempat	: Halaman Sekolah
Tanggal	: 15 Agustus 2024
Pukul	: 09.00
Karika	: Apa saja makanan yang sering ibu sajikan dirumah?
Ibu Anisa	: Jujur aja kak saya dirumah jarang masak soal nya saya kerja ayah nya juga ga tinggal disini tapi biasa nya ya saya sempatkan buat masak nasi goreng dan kalau untuk bekal sekolah saya lebih banyak beli frozen food tapi kadang beli di kantin sekolah SD.
Karika	: Menurut ibu apa yang mempengaruhi anak yang malas bergerak?
Ibu Anisa	: Bisa kelebihan berat badan, asupan makan nya kurang terpenuhi mungkin itu kak
Karika	: Cara apa yang dilakukan orang tua agar anak lebih aktif dalam mengembangkan fisik motorik?
Ibu Anisa	: Memberikan makan yang bergizi tentu nya kak seperti buah dan sayur
Karika	: Bagaimana cara ibu mengatasi anak yang kurang suka mengonsumsi buah dan sayur?
Ibu Anisa	: Saya sendiri sebenarnya juga kurang tau kak karna anak saya juga sama sekali ga suka sayur kalau buah masih mau beberapa aja kayak jeruk sama apel selebihnya dia pemilih.

#### **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  
**Pedoman Wawancara Dengan Wali Murid B1 Tentang Pola Konsumsi Buah  
Dan Sayur Untuk Meningkatkan Perkembangan Fisik Motorik Pada Anak**

**Usia Dini 5-6 Tahun TK Dahlia Suka Maju Kecamatan Tapung Hilir**

Informan	: Andreani
Jabatan	: Wali Murid
Tempat	: Halaman Sekolah
Tanggal	: 16 Agustus 2024
Pukul	: 09.00
Karika	: Apa saja makanan yang sering ibu sajikan dirumah?
Ibu Andre	: Anak saya ini buk tipikal anak yang gak pilih pilih makanan apa lagi kalau udh masak sambal sambalan buk tapi kalau sayur iya memang dia suka pilih pilih buk
Karika	: Cara apa yang dilakukan orang tua agar anak lebih aktif dalam mengembangkan fisik motorik?
Ibu Andre	: Kalau saya buk biasa nya membiarkan anak makai pakai nya sendiri sehabis mandi, kalau dia main harus merapikan mainan nya sendiri.
Karika	: Bagaimana cara ibu mengatasi anak yang kurang suka mengonsumsi buah dan sayur?
Ibu Andre	: Anak saya ini buk kalau suruh makan sayur memang susah kali tapi kalau di suruh makan bayam ya sedikit mau udah putus asa juga saya buk nyuruh dia makan sayur mau di apain pun memang ga mau dia tapi buk kalau buah dia hampir semua suka jadi ga pala pusing kali buk nyuruh dia makan buah

**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.

## Pedoman Wawancara Dengan Wali Murid B1 Tentang Pola Konsumsi Buah Dan Sayur Untuk Meningkatkan Perkembangan Fisik Motorik Pada Anak

### Usia Dini 5-6 Tahun TK Dahlia Suka Maju Kecamatan Tapung Hilir

Informan	: Poppy
Jabatan	: Wali Murid
Tempat	: Halaman Sekolah
Tanggal	: 17 Agustus 2024
Pukul	: 09.00
Karika	: Makanan apa yang sering ibu bawakan ketika anak sekolah ?
Ibu Poppy	: Kenzie biasanya suka bawa bekal buncis disop, bayam, sama tahu, alhamdulillah nya anak saya ini doyan sayur buk tapi ya gitu buk justru makan yang lain lain itu dia ga suka
Karika	: Cara apa yang dilakukan orang tua agar anak lebih aktif dalam mengembangkan fisik motorik?
Ibu Poppy	: Kalau cara saya itu biasa nya membiarkan anak bereksplorasi sendiri dengan mainan dan buku buku nya buk dengan cara itu fisik motorik kenzie sedikit sedikit sudah mulai berkembang buk
Karika	: Bagaimana cara ibu mengatasi anak yang kurang suka mengonsumsi buah dan sayur?
Ibu Poppy	: Dengan kenzie yang udah suka sayur sebenarnya ga repot buk buat olahan yang macam macam tapi menurut saya kalau ada anak yang gasuka sayur bisa dicoba dengan sayur sayuran yang di oleh jadi makanan yang disukai anak

#### 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.

## Pedoman Wawancara Dengan Wali Murid B1 Tentang Pola Konsumsi Buah Dan Sayur Untuk Meningkatkan Perkembangan Fisik Motorik Pada Anak

### Usia Dini 5-6 Tahun TK Dahlia Suka Maju Kecamatan Tapung Hilir

Informan	: Suriyani
Jabatan	: Wali Murid
Tempat	: Halaman Sekolah
Tanggal	: 19 Agustus 2024
Pukul	: 09.00
Karika	: Makanan apa yang sering ibu bawakan ketika anak sekolah ?
Ibu Suri	: Gimana ya buk anak saya ini gasuka di kasih makanan apa apa kecuali roti sama jajan
Karika	: Cara apa yang dilakukan orang tua agar anak lebih aktif dalam mengembangkan fisik motorik?
Ibu Suri	: Berbagai macam udah di lakuin buk tapi mau gimana lagi ya buk memang susah nya luar biasa buat bujuk anak saya ini dari pada sama sekali dia ga makan apa apa buk saya biarin aja dia makan itu yang penting ada yang dia makan
Karika	: Bagaimana cara ibu mengatasi anak yang kurang suka mengonsumsi buah dan sayur?
Ibu Suri	: Hahahaah gimana ya buk saya pun kurang tau juga
Karika	: Apakah dampak dari anak yang kurang mengonsumsi buah dan sayur?
Ibu Suri	: Dampak di anak saya lumayan banyak buk, anak saya males belajar, mudah ngantuk, badan nya kurus, tinggi nya segitu gitu aja, pencernaan nya juga kurang lancar, tapi kalau soal main nomor 1 buk

#### 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  
**Pedoman Wawancara Dengan Wali Murid B1 Tentang Pola Konsumsi Buah  
Dan Sayur Untuk Meningkatkan Perkembangan Fisik Motorik Pada Anak**

**Usia Dini 5-6 Tahun TK Dahlia Suka Maju Kecamatan Tapung Hilir**

Informan	: Linda
Jabatan	: Wali Murid
Tempat	: Halaman Sekolah
Tanggal	: 20 Agustus 2024
Pukul	: 09.00
Karika	: Makanan apa yang sering ibu bawakan ketika anak sekolah ?
Ibu Linda	: Kalau sekolah saya usahakan anak saya bawa bekal sayur sama buah buk, tapi anak saya ini ga suka makanan nya yang dingin jadi setiap dia mau makan baru saya antar kan ke sekolah
Karika	: Bagaimana cara ibu mengatasi anak yang kurang suka mengonsumsi buah dan sayur?
Ibu Linda	: Ngga ada cara yang gimana gimana buk karna memang anak saya dari dulu juga sudah suka sayur
Karika	: Apakah dampak dari anak yang kurang mengonsumsi buah dan sayur?
Ibu Linda	: Tentunya saja imun tubuh nya pasti berkurang bu, anak keliatan lemas, kurang bisa memahami pembelajaran.

**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 Pedoman Wawancara Dengan Wali Murid B1 Tentang Pola Konsumsi Buah Dan Sayur Untuk Meningkatkan Perkembangan Fisik Motorik Pada Anak

### Usia Dini 5-6 Tahun TK Dahlia Suka Maju Kecamatan Tapung Hilir

Informan	: Rahmawati Hazriani
Jabatan	: Wali Murid
Tempat	: Halaman Sekolah
Tanggal	: 21 Agustus 2024
Pukul	: 09.00
Karika	: Makanan apa yang sering ibu bawakan ketika anak sekolah ?
Ibu Rahma	: Widuri ni dia kurang suka sayur tapi kalo dibawakan sambal teri juara nya buk makannya selalu saya bawakan sambal sambal terus kalau misal nya buah dia semua suka bu.
Karika	: Bagaimana cara ibu mengatasi anak yang kurang suka mengonsumsi buah dan sayur?
Ibu Rahma	: Kalau saya ga terlalu maksain anak untuk makan sayur atau buah buk dia mau makan nasi aja syukur alhamdulillah.
Karika	: Apakah dampak dari anak yang kurang mengonsumsi buah dan sayur?
Ibu Rahma	: Widuri ini ya buk jujur dia sering kali sakit tubuh dia ni lemah kali mungkin salah satu faktor nya ya itu tadi buk kurang makan sayur sama buah

**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 milik  
UIN Suska Riau

Lampiran 5

## DOKUMENTASI FOTO WAWANCARA

### CATATAN LAPANGAN (OBSERVASI)

**Informan** : Kepala Sekolah Dan Guru Kelas B1 Dan B2  
**Tempat** : Kediaman Ibu Kepala Sekolah Dan TK Dahlia



Gambar 1. Wawancara  
dengan Kepala Sekolah TK  
Dahlia Suka Maju



Gambar 2. Wawancara  
dengan guru kelas B1 TK  
Dahlia Suka Maju

**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.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau



Gambar 3. Wawancara dengan guru kelas B2 TK Dahlia Suka maju



Gambar 4. Wawancara dengan guru kelas B2 TK Dahlia Suka Maju

© Hak cipta milik UIN Suska Riau  
Lampiran 6

**DOKUMENTASI FOTO WAWANCARA WALI MURID B1**

**CATATAN LAPANGAN (OBSERVASI)**

Informan : Orang Tua B1

Tempat : TK Dahlia



Gambar 1. Wawancara  
dengan orang tua kelas B1  
TK Dahlia



Gambar 2. Wawancara  
dengan orang tua kelas B1  
TK Dahlia

**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.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau



Gambar 3. Wawancara  
dengan orang tua kelas B1  
TK Dahlia



Gambar 4. Wawancara  
dengan orang tua kelas B1  
TK Dahlia

Lampiran 7

## DOKUMENTASI FOTO

### PEMBIASAAN KEGIATAN RUTIN

### CATATAN LAPANGAN (OBSERVASI)

Tempat : TK Dahlia

<p><b>Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang</b></p> <p>1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.</li> <li>Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.</li> </ol>	<p>© Hak cipta milik UIN Suska Riau</p> <p>State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau</p>  <p>Pembiasaan rutin berbaris Anak dibiasakan berbaris dengan rapi sebelum memasuki ruang kelas</p>  <p>Pembiasaan rutin berdoa sebelum dan sesudah berkegiatan Anak dibiasakan berdoa sebelum memulai kegiatan dan sesudah kegiatan selesai kegiatan</p>
--	--

© Hak cipta milik 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.



Kegiatan bermain anak-anak

@ Hak cipta milik  
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.

## Lampiran 8

**DOKUMENTASI FOTO ANAK**
**CATATAN LAPANGAN (OBSERVASI)**
**Informan** : Anak-anak Kelas B1

**Lokasi** : TK Dahlia


Gambar 1. Anak kelas B1 membawa bekal nasi dengan telur dadar



Gambar 2. Anak kelas B1 membawa bekal bubur kacang hijau

**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 milik UIN Suska Riau****State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau**

Gambar 3. Anak kelas B1 membawa bekal jajanan ringan



Gambar 4. Anak kelas B1 membawa bekal nasi dan ikan goreng

## © 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.



Gambar 5. Anak kelas B1 membawa bekal nasi dan ayam kentaki



Gambar 6. Anak kelas B1 membawa bekal nasi, mie goreng dan ayam gulai

**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 milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau



Gambar 7. Anak kelas B1 membawa bekal nasi dan nugget



Gambar 8. Anak kelas B1 membawa bekal jajanan ringan

© Hak cipta milik 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.



Gambar 9. Anak kelas B1  
membawa bekal sate  
kacang

© **Hak cipta**  
Lampiran 9



Nomor: Un.04/F.II.4/PP.00.9/19540/2024

Pekanbaru, 29 Agustus 2024

Sifat : Biasa

Lamp. : -

Hal : **Pembimbing Skripsi**

Kepada

Yth.

**1. Nurhayati, M.Pd.**

2.

Dosen Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Suska Riau  
Pekanbaru

*Assalamu 'alaikum warhamatullahi wabarakatuh*

Dengan hormat, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Suska Riau menunjuk Saudara  
sebagai pembimbing skripsi mahasiswa :

Nama : Karika Saputri

Nim : 11910922393

Jurusan : Pendidikan Islam Anak Usia Dini

Judul : Pola Konsumsi Buah Dan Sayur Untuk Meningkatkan Perkembangan Fisik  
Motorik Pada Anak Usia Dini 5-6 Tahun TK Dahlia Suka Maju Kecamatan  
Tapung Hilir

Waktu : 6 Bulan Terhitung Dari Tanggal Keluarnya Surat Bimbingan Ini

Agar dapat membimbing hal-hal terkait dengan Ilmu Pendidikan Islam Anak Usia Dini Redaksi  
dan teknik penulisan skripsi, sebagaimana yang sudah ditentukan. Atas kesediaan Saudara  
dihaturkan terimakasih.

W a s s a l a m

an. Dekan

Wakil Dekan I



Dr. Zarkasih, M.A.

NIP. 19721017199703 1 004

Tembusan :  
Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Suska Riau

© Hak cipta  
Lampiran 10

**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.



**KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU  
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN**

**كلية التربية والتعليم**

**FACTOR OF EDUCATION AND TEACHER TRAINING**

Jl. H. R. Soebrantas No.155 Km.18 Tampan Pekanbaru Riau 28293 P.O. BOX 1004 Telp. (0761) 561647

Fax. (0761) 561647 Web www.ftk.uinsuska.ac.id, E-mail: etfak\_uinsuska@yahoo.co.id

Nomor : Un.04/F.II.4/PP.00.9/19550/2024 Pekanbaru, 29 Agustus 2024  
Sifat : Biasa  
Lamp. : -  
Hal : **Mohon Izin Melakukan PraRiset**

Kepada  
Yth. Kepala Sekolah  
TK Dahlia Suka Maju Tapung Hilir  
di  
Tempat

*Assalamu 'alaikum warhamatullahi wabarakatuh*

Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Sultan Syarif Kasim Riau dengan ini memberitahukan kepada saudara bahwa :

Nama	: KARIKA SAPUTRI
NIM	: 11910922393
Semester/Tahun	: XI (Sebelas)/ 2024
Program Studi	: Pendidikan Islam Anak Usia Dini
Fakultas	: Tarbiyah dan Keguruan UIN Suska Riau

ditugaskan untuk melaksanakan Prariset guna mendapatkan data yang berhubungan dengan penelitiannya di Instansi yang saudara pimpin.

Sehubungan dengan itu kami mohon diberikan bantuan/izin kepada mahasiswa yang bersangkutan.

Demikian disampaikan atas kerjasamanya diucapkan terima kasih.

a.n. Dekan  
Wakil Dekan III  
  
Dr. Amirah Diniaty, M.Pd. Kons.  
NIP. 19751115 200312 2 001

© **Lampiran 11**

**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.



NPSN : 10496206

**TAMAN KANAK-KANAK (TK) DAHLIA**  
Jl. Poros Desa Suka Maju Kecamatan Tapung Hilir  
Kabupaten Kampar - Riau

Kode Pos : 28464

Suka Maju, 30 Agustus 2024

Nomor : 018/TK-DHL/VIII/2024

Perihal : Surat Balasan Permohonan Izin Melakukan Prariset

Kepada Yth.  
Dekan Fakultas Tarbiyah Dan Keguruan  
Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau  
di  
Tempat

*Assalamu'alaikum warrahmatullahi wabarakatuh*  
Dengan hormat,

Sehubung dengan datangnya surat ini pada tanggal 1 September 2024 perihal mohon izin melakukan penelitian guna dapat membantu dalam penyusunan tugas akhir mahasiswi atas nama Karika Saputri (11910922393), perlu kami sampaikan bahwa:

1. Kami tidak keberatan dan dapat mengizinkan pelaksanaan prariset tersebut di TK Dahlia Suka Maju.
2. Izin melakukan penelitian diberikan semata-mata untuk keperluan akademik.

Demikian surat balasan dari TK Dahlia Suka Maju.



© **Lampiran 12**



KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU  
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN  
كلية التربية والتعليم  
FACULTY OF EDUCATION AND TEACHER TRAINING  
Jl. H. R. Soebrantas No 155 Km 18 Tampan Pekanbaru Riau 28293 PO. BOX 1004 Telp. (0761) 561647  
Fax. (0761) 561647 Web. www.ftk.uinsuska.ac.id E-mail: eftak\_uinsuska@yahoo.co.id

Nomor : B-22085/Un.04/F.II/PP.00.9/10/2024  
Sifat : Biasa  
Lamp. : 1 (Satu) Proposal  
Hal : *Mohon Izin Melakukan Riset*

Pekanbaru, 09 Oktober 2024 M

Kepada  
Yth. Gubernur Riau  
Cq. Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu  
Satu Pintu  
Provinsi Riau  
Di Kampar

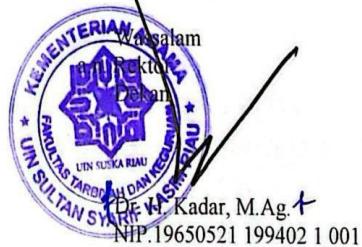
*Assalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh*  
Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau dengan ini  
memberitahukan kepada saudara bahwa :

Nama	: Karika Saputri
NIM	: 11910922393
Semester/Tahun	: XI (Sebelas)/ 2024
Program Studi	: Pendidikan Islam Anak Usia Dini
Fakultas	: Tarbiyah dan Keguruan UIN Suska Riau

ditugaskan untuk melaksanakan riset guna mendapatkan data yang berhubungan dengan  
judul skripsinya : Pola Konsumsi Buah Dan Sayur Untuk Meningkatkan Perkembangan Fisik  
Motorik Pada Anak Usia 5-6 Tahun TK Dahlia Suka Maju Kecamatan Tapung Hilir  
Lokasi Penelitian : Desa SP 3 Suka Maju Kecamatan Tapung Hilir  
Waktu Penelitian : 3 Bulan (09 Oktober 2024 s.d 09 Januari 2025)

Sehubungan dengan itu kami mohon diberikan bantuan/izin kepada mahasiswa yang  
bersangkutan.

Demikian disampaikan atas kerjasamanya diucapkan terima kasih.



Tembusan :  
Rektor UIN Suska Riau

© **Lampiran 13**



**PEMERINTAH PROVINSI RIAU**  
**DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU**  
Gedung Menara Lancang Kuning Lantai I dan II Komp. Kantor Gubernur Riau  
Jl. Jend. Sudirman No. 460 Telp. (0761) 39064 Fax. (0761) 39117 P E K A N B A R U  
Email : dpmpfsp@riau.go.id

**REKOMENDASI**

Nomor : 503/DPMPTSP/NON IZIN-RISET/69398  
TENTANG



**PELAKSANAAN KEGIATAN RISET/PRA RISET  
DAN PENGUMPULAN DATA UNTUK BAHAN SKRIPSI**

1.04.02.01

Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Riau, setelah membaca Surat Permohonan Riset dari : Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Suska Riau, Nomor : B-22085/Un.04/F.II/PP.00.9/10/2024 Tanggal 9 Oktober 2024, dengan ini memberikan rekomendasi kepada:

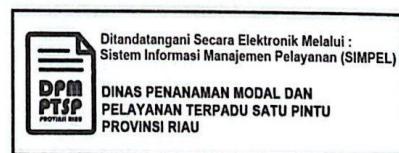
1. Nama	:	KARIKA SAPUTRI
2. NIM / KTP	:	11910922393
3. Program Studi	:	PENDIDIKAN ISLAM ANAK USIA DINI
4. Jenjang	:	S1
5. Alamat	:	PEKANBARU
6. Judul Penelitian	:	POLA KONSUMSI BUAH DAN SAYUR UNTUK MENINGKATKAN PERKEMBANGAN FISIK MOTORIK PADA ANAK USIA DINI 5-6 TAHUN TK DAHLIA SUKA MAJU KECAMATAN TAPUNG HILIR
7. Lokasi Penelitian	:	TK DAHLIA SUKA MAJU KECAMATAN TAPUNG HILIR

Dengan ketentuan sebagai berikut:

1. Tidak melakukan kegiatan yang menyimpang dari ketentuan yang telah ditetapkan.
2. Pelaksanaan Kegiatan Penelitian dan Pengumpulan Data ini berlangsung selama 6 (enam) bulan terhitung mulai tanggal rekomendasi ini diterbitkan.
3. Kepada pihak yang terkait diharapkan dapat memberikan kemudahan serta membantu kelancaran kegiatan Penelitian dan Pengumpulan Data dimaksud.

Demikian rekomendasi ini dibuat untuk dipergunakan seperlunya.

Dibuat di : Pekanbaru  
Pada Tanggal : 15 Oktober 2024



**Tembusan :**

**Disampaikan Kepada Yth :**

1. Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Provinsi Riau di Pekanbaru
2. Bupati Kampar
3. Up. Kepala Kantor Kesatuan Bangsa dan Politik di Bangkinang
3. Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Suska Riau di Pekanbaru
- Yang Bersangkutan

Scanned dengan CamScanner

© **Lampiran 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.



**PEMERINTAH KABUPATEN KAMPAR**  
**BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK**

JALAN H. R SOEBRANTAS NOMOR..... TELP. (0762) 20146

BANGKINANG

Kode Pos : 28412

**REKOMENDASI**

Nomor: 071/BKBP/2024/625

Tentang

**PELAKSANAAN KEGIATAN RISET/PRA RISET  
DAN PENGUMPULAN DATA UNTUK BAHAN SKRIPSI**

Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kabupaten Kampar setelah membaca Surat dari: **Kepala Dinas Penanaman Modal Dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Riau, Nomor: 503/DPMPTSP/NON IZIN-RISET/69398** tanggal 15 Oktober 2024 dengan ini memberi Rekomendasi/Izin Penelitian kepada:

1. Nama	:	KARIKA SAPUTRI
2. NIM	:	11910922393
3. Universitas	:	UIN SUSKA RIAU
4. Program Studi	:	PENDIDIKAN ISLAM ANAK USIA DINI
5. Jenjang	:	S1
6. Alamat	:	PEKANBARU
7. Judul Penelitian	:	<b>POLA KONSUMSI BUAH DAN SAYUR UNTUK MENINGAKTAKAN PERKEMBANGAN FISIK MOTORIK PADA ANAK USIA DINI 5-6 TAHUN TK DAHLIA SUKA MAJU KECAMATAN TAPUNG HILIR</b>
8. Lokasi Penelitian	:	TK DAHLIA SUKA MAJU KECAMATAN TAPUNG HILIR

Dengan ketentuan sebagai berikut:

1. Tidak melakukan Penelitian yang menyimpang dari ketentuan dalam proposal yang telah ditetapkan atau yang tidak ada hubungannya dengan kegiatan riset/prai riset dan pengumpulan data ini.
2. Pelaksanaan kegiatan penelitian/pengumpulan data ini berlangsung selama 3 (Tiga) bulan terhitung mulai tanggal rekomendasi ini dikeluarkan.

Demikian rekomendasi ini diberikan, agar digunakan sebagaimana mestinya dan kepada pihak yang terkait diharapkan untuk dapat memberikan kemudahan dan membantu kelancaran kegiatan Riset ini dan terima kasih.

Dikeluarkan di Bangkinang  
pada tanggal 18 Oktober 2024

a.n. **KEPALA BADAN KESBANGPOL KAB. KAMPAR**  
Kepala Bidang Ideologi, Wawasan Kebangsaan  
dan Karakter Bangsa



**ONNITA, SE**  
Pembina (IV/a)  
NIP. 19661009 198803 2 003

**Rekomendasi ini disampaikan Kepada Yth:**

1. Kepala TK Dahlia Suka Maju Kecamatan Tapung Hilir
2. Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Suska Riau di Pekanbaru
3. Yang Bersangkutan



**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.

## RIWAYAT HIDUP

**KARIKA SAPUTRI** lahir di Kampar, 14 Mei 2000, merupakan anak terakhir dari Empat bersaudara dari pasangan Bapak Katimo dan Ibu Sunarti. Bertempat tinggal di Desa Sp 3 Suka Maju Kecamatan Tapung Hilir Kabupaten Kampar. Jenjang pendidikan peneliti, TK Dahlia Suka Maju (2005-2006). SDN 007 Suka Maju (2006-2012). SMPN 1 Tapung Hilir (2012-2015). SMA Islam As-Shofa Pekanbaru (2015-2018). Selanjutnya Tahun 2019 peneliti melanjutkan pendidikan di Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, di terima pada Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Jurusan Pendidikan Islam Anak Usia Dini.

Selama menempuh pendidikan di Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, peneliti melaksanakan program Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Desa Banjar Balam Indragiri Hulu dari bulan Juli-Agustus 2022. Kemudian dilanjutkan dengan mengikuti program Praktik Pengalaman Lapangan ( PPL) di TK Bunnaya Pekanbaru dari bulan September-Desember 2022.