

**PENINGKATAN PEMAHAMAN GIZI SEIMBANG PADA ANAK
MELALUI KEGIATAN KREASI MAKANAN DI KELOMPOK B
TK DHARMA WANITA GONDANGREJO KARANGANYAR
TAHUN AJARAN 2018/2019**



Skripsi Diajukan untuk Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan pada Program
Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini

Diajukan Oleh :
ANGGIT MUTIARA PUTRI
A520150003

**PENDIDIKAN GURU PENDIDIKAN ANAK USIA DINI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2019**

PERNYATAAN

Saya yang bertandatangan dibawah ini,

Nama : Anggit Mutiara Putri

NIM : A520150003

Program Studi : PG PAUD

Judul Skripsi : Peningkatan Pemahaman Gizi Seimbang Pada Anak Melalui Kegiatan Kreasi Makanan Di Kelompok B TK Dharma Wanita Jatikuwung Gondangrejo Karanganyar Tahun Ajaran 2018/2019

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya serahkan ini benar-benar hasil karya saya sendiri dan bebas plagiat karya orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu/dikutip dalam naskah dan disebutkan pada daftar pustaka. Apabila di kemudian hari terbukti skripsi ini hasil plagiat, saya bertanggungjawab sepenuhnya dan bersedia menerima sanksi sesuai peraturan yang berlaku.

Surakarta, 25 Mei 2019

Yang membuat pernyataan,



Anggit Mutiara Putri

A520150003

HALAMAN PERSETUJUAN

**PENINGKATAN PEMAHAMAN GIZI SEIMBANG PADA ANAK
MELALUI KEGIATAN KREASI MAKANAN DI KELOMPOK B
TK DHARMA WANITA GONDANGREJO KARANGANYAR
TAHUN AJARAN 2018/2019**

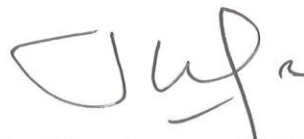
Diajukan Oleh :

ANGGIT MUTIARA PUTRI

A520150003

Skripsi telah disetujui oleh pembimbing skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Surakarta untuk dipertanggungjawabkan di hadapan tim penguji skripsi.

Surakarta, 25 Mei 2019



(Drs. Ilham Sunaryo, M.Pd.AUD)

NIDN. 0601066102

HALAMAN PENGESAHAN

PENINGKATAN PEMAHAMAN GIZI SEIMBANG PADA ANAK
MELALUI KEGIATAN KREASI MAKANAN DI KELOMPOK B
TK DHARMA WANITA GONDANGREJO KARANGANYAR
TAHUN AJARAN 2018/2019

Yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Anggit Mutiara Putri

A520150003

Telah dipertahankan didepan Dewan Penguji

pada hari **Kamis, 27 Juni 2019**

Dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Susunan Dewan Penguji

1. Drs. Ilham Sunaryo, M.Pd. AUD
2. Drs. Haryono Yuwono, M.Pd
3. Dr. Zulkarnaen, M.Pd

(.....)

(.....)

(.....)

Surakarta, 25 Mei 2019

Universitas Muhammadiyah Surakarta
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Dekan,



(Prof. Dr. Harun Joko Prayitno, M.Hum)

NIP. 196504281993031001

MOTTO

“Pendidikan merupakan perlengkapan paling baik untuk hari tua”

(Ibu kartini)

“ orang-orang yang hebat dibidang apapun bukan baru bekerja karena mereka terinspirasi, namun mereka menjadi terinspirasi karena mereka lebih suka bekerja. Mereka tidak menyia-nyiakan waktu untuk menunggu inspirasi.”

(Ernest Newman)

PERSEMBAHAN

Alhamdulillah...Alhamdulillah...Alhamdulillah robbil'alamin..

Sujud suyukur kupersembahkan kepada Allah SWT, atas segala rahmat dan juga kesempatan dalam menyelesaikan tugas akhir skripsi saya dengan segala kekurangannya, Segala sesuatu yang disampaikan kepadaMu Ya Rabb, karena telah menghadirkan orang-orang yang berarti yang mengelilingi saya, Yang selalu memberikan doa dan semangat sehingga skripsi yang sederhana ini saya dapat terselesaikan. Sholawat dan salam selalu terlimpahkan kehariban Rasulullah Muhammad SAW.

Kupersembahkan karya sederhana ini kepada orang yang sangat kukasihi dan kusayangi

1. Kupersembahkan sebuah karya ini untuk Ibu Bapak saya tercinta, yang tiada hentinya selalu memberikan semangat, doa dorongan maupun nasehat sehingga skripsi ini dapat selesai, terimakasih juga kepada kakak dan keluarga saya yang selalu mendoakan dan memberikan saya semangat.
2. Kepada yang terhormat Bapak Drs. Ilham Sunaryo, M.Pd selaku dosen pembimbing saya yang telah mendidik, membimbing dengan penuh kesabaran, keceriaan dan membantu menyelesaikan skripsi saya.
3. Bapak/Ibu dosen PG-PAUD UMS yang terhormat yang senantiasa membimbingku untuk terus berkembang.
4. Buat Mas ikhsan terimakasih atas doa, dukungan, nasehat dan motivasi yang tak henti-hentinya diberikan untukku.
5. Kepada Teman-teman saya "Vina, Nurul, Tita, Alya, Riana, Arum, Novia" terimakasih atas dukungan, doa, nasehat, hiburan dan semangat yang kalian berikan selama ini.
6. Untuk teman-teman seperjuangan saya kelas A dan B PG PAUD angkatan 2015, terima kasih atas dukungan dan semangatnya.
7. Kepada Almameter tercinta UMS yang memberikan beribu banyak cerita, kisah dan pelajaran yang berharga.

8. Terakhir, saya ucapkan terima kasih kepada orang-orang yang telah menjadi inspirasi dalam hidup saya, yang tidak bisa saya tulis satu persatu, terimakasih yang sudah membantu menyelesaikan skripsi.

ABSTRAK

Anggit Mutiara Putri/A520150003. **PENINGKATAN PEMAHAMAN GIZI SEIMBANG PADA ANAK MELALUI KEGIATAN KREASI MAKANAN DI KELOMPOK B TK DHARMA WANITA JATIKUWUNG GONDANGREJO KARANGANYAR TAHUN AJARAN 2018/2019**. Skripsi . Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Surakarta. Mei 2019

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman gizi seimbang pada anak melalui kegiatan kreasi makanan. Subjek penelitian ini yaitu peserta didik kelompok B di TK Dharma Wanita tahun pelajaran 2018/2019. Jenis penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (PTK) yang dilaksanakan dalam dua siklus dengan empat kali pertemuan. Prosedur penelitian pada setiap siklus terdapat beberapa tahap yaitu perencanaan, pelaksanaan, observasi dan refleksi. Data diperoleh melalui metode observasi, wawancara, dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan, hal ini dapat dilihat dari sebelum pelaksanaan siklus diperoleh hasil anak mencapai sebesar 42,031%, siklus I sebesar 64,063%, dan siklus II sebesar 82,968%. Kesimpulan dari hasil penelitian ini adalah melalui kegiatan kreasi makanan dapat meningkatkan pemahaman gizi seimbang pada anak.

Kata kunci: gizi seimbang, kreasi makanan, anak

ABSTRACT

Anggit Mutiara Putri/A520150003. **IMPROVING UNDERSTANDING OF BALANCED NUTRITION FOR CHILDREN THROUGH FOOD CREATION ACTIVITIES IN GROUP B DHARMA WANITA KINDERGARTEN GONDANGREJO KARANGANYAR.** Essay. Teacher Training and Education faculty, Muhammadiyah University Surakarta. Mei 2019.

The study aims at improving children's understanding of nutritional balance through food creations. The subjects of this study are the students of group B Dharma Wanita kindergarten academic year of 2018/2019. The type of research is classroom action research (CAR) which was conducted in two cycles with four meetings. There are several stages of research procedure in every cycle, they are planning, implementation, observation and reflection. The data are obtained through observation and documentation methods. The result obtained was at 42.031%, then it went up to 64.063% in cycle I and went higher to 82.968% in cycle II. This study concludes that food creation activities are able to improve children's understanding of nutritional balance.

Keywords: *nutritional balance, food creations, child*

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Wr. Wb

Segala puji dan syukur penulis panjatkan pada kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini dengan judul **“Peningkatan Pemahaman Gizi Seimbang pada Anak Melalui Kegiatan Kreasi Makanan di Kelompok B TK Dharma Wanita Gondangrejo Karanganyar Tahun Ajaran 2018/2019”**. Skripsi ini diajukan sebagai salah satu syarat untuk menempuh Ujian Sarjana fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini.

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna dan masih banyak kekurangan dikarenakan oleh segala keterbatasan. Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini banyak mendapat bimbingan, dukungan, dan bantuan dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini dengan ketulusan hati yang paling dalam, penulis mengucapkan terima kasih yang begitu besar kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Harun Joko P, M.Hum, selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan.
2. Bapak Drs. Ilham Sunaryo, M.Pd, selaku ketua program studi PG PAUD dan selaku pembimbing skripsi yang telah sabar membimbing dan mengarahkan sehingga skripsi ini bisa selesai.
3. Para Bapak Ibu Dosen PG-PAUD FKIP UMS yang telah banyak memberikan ilmu serta mendidik selama studi.
4. Kedua Orang tua dan keluarga saya yang senantiasa selalu memberikan doa dan semangat tanpa henti.
5. Kepada TK Dharma Wanita yang telah memberikan ijin penelitian sehingga skripsi ini dapat selesai.
6. Teman-teman seperjuangan kelas A dan B PG-PAUD UMS angkatan 2015 yang memberikan bantuan, semangat dan terimakasih kenangannya selama ini yang takkan terlupakan.

7. Semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu-persatu, terimakasih telah membantu menyelesaikan skripsi ini.

Peneliti berharap skripsi ini dapat bermanfaat, bagi pembaca maupun diri sendiri dan dapat memberikan manfaat bagi perkembangan ilmu pendidikan terutama pendidikan anak usia dini.

Wassalamualaikum Wr.Wb

Surakarta, 23 Mei 2019

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERNYATAAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK.....	viii
ABSTRACT.....	ix
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Perumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian	3
D. Manfaat Penelitian	4
BAB II KERANGKA TEORITIS DAN HIPOTESIS TINDAKAN	5
A. Landasan teori	5
1. Pengertian Pemahaman Gizi Seimbang	5
2. Membentuk kreasi makanan	10
3. Pertumbuhan Dan Perkembangan Anak Usia 5-6 Tahun	12
B. Hasil Penelitian yang relevan	14
C. Kerangka berfikir	14
D. Hipotesis Tindakan.....	15
BAB III METODE PENELITIAN	16
A. Jenis dan desain penelitian	16
B. Setting penelitian	18

C. Subjek penelitian	18
D. Data dan sumber data	18
E. Teknik pengumpulan data	19
F. Teknik Analisis data.....	24
G. Prosedur penelitian	26
H. Indikator capaian penelitian	28
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	33
A. Deskripsi Kondisi Awal	33
B. Deskripsi Pra Siklus	36
C. Deskripsi Hasil Siklus I.....	38
1. Perencanaan Tindakan	38
2. Pelaksanaan Tindakan.....	39
3. Observasi atau Pengamatan.....	40
4. Refleksi	43
D. Deskripsi Hasil Siklus II	44
1. Perencanaan Tindakan	44
2. Pelaksanaan Tindakan.....	44
3. Observasi atau Pengamatan.....	48
4. Analisis dan Refleksi	49
E. Deskripsi Hasil Pengamatan	50
F. Pembahasan	60
G. Keterbatasan peneliti	62
BAB V PENUTUP	63
A. Simpulan	63
B. Implikasi.....	63
C. Saran	64

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 indikator	19
Tabel 3.2 Butir Amatan Observasi Pemahaman Gizi Seimbang anak Melalui Kegiatan Kreasi Makanan Di lihat dari aktifitas anak	20
Tabel 3.3 lembaran observasi Pemahaman Gizi Seimbang Anak.....	21
Tabel 3.4 Lembar Observasi Implementasi Kegiatan Kreasi makanan	24
Tabel 3.5 Lembar Tabulasi skor observasi	25
Tabel 3.6 Lembar Perbandingan hasil pencapaian setiap siklus dengan indikator capaian penelitian.....	26
Tabel 3.7 : Indikator Capaian Penelitian.....	29
Tabel 4.1 daftar nama ruang/ tempat yang ada disekolah	34
Tabel 4.2 Daftar inventaris kelompok B	34
Tabel 4.3 Daftar alat permainan di TK Dharma Wanita	35
Tabel 4.4 Daftar jumlah pendidik	35
Tabel 4.5 Daftar peserta didik.....	36
Tabel 4.6 Data Siswa TK Dharma Wanita kelompok B	36
Tabel 4.7 Tabulasi skor pra siklus	38
Tabel 4.8 Hasil skor siklus I pada pertemuan pertama	41
Tabel 4.9 Hasil Skor siklus I pada pertemuan kedua	42
Tabel 4.10 Hasil skor siklus II pada pertemuan pertama	47
Tabel 4.11 Hasil skor siklus II pada pertemuan kedua	48
Tabel 4.12 Perbandingan pemahaman gizi seimbang anak antar siklus	52
Tabel 4.13 Rekapitulasi data pemahaman gizi seimbang anak pada pra siklus	53
Tabel 4.14Rekapitulasi data pemahaman gizi seimbang anak siklus I pada pertemuan pertama	54
Tabel 4.15 rekapitulasi data pemahaman gizi seimbang anak siklus I pertemuan kedua	55
Tabel 4.16 Data perbandingan pemahaman gizi seimbang anak siklus I pada pertemuan pertama dan kedua	55

Tabel 4.17 Data perbandingan pemahaman gizi seimbang anak dari pra siklus dan siklus I pada pertemuan pertama dan kedua	56
Tabel 4.18 Data pemahaman gizi seimbang anak pra siklus dan siklus I.....	56
Tabel 4.19 Hasil rekapitulasi data pemahaman gizi seimbang anak	57
Tabel 4.20 Hasil Rekapitulasi data pemahaman gizi seimbang anak	57
Tabel 4.21 Perbandingan hasil pertemuan pertama dan kedua pada siklus II	59
Tabel 4.22 Perbandingan pemahaman gizi seimbang anak antar siklus	59

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Model Siklus Penelitian Tindakan Kelas menurut Arikunto dkk.	27
Gambar 4.1 Struktur Organisasi TK Dharma Wanita	33

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Data siswa TK Dharma Wanita Kelompok B

lampiran 2. Daftar Jumlah Pendidik

Lampiran 3. Tabulasi Skor Pra Siklus

Lampiran 4. Lembar Tabulasi Hasil Skor Siklus I Pada Pertemuan Pertama

Lampiran 5. Lembar Tabulasi Hasil Skor Siklus I Pada Pertemuan Kedua

Lampiran 6. Lembar Tabulasi Hasil Skor Siklus Ii Pada Pertemuan Pertama

Lampiran 7. Lembar Tabulasi Hasil Skor Siklus Ii Pada Pertemuan Kedua

Lampiran 8. Dokumentasi

lampiran 9 Surat Keterangan Penelitian