

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang saya tulis sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan dan diajukan pada Jurusan Pendidikan Islam Anak Usia Dini Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten ini sepenuhnya merupakan hasil karya tulis saya pribadi.

Adapun tulisan maupun pendapat atau temuan orang lain yang terdapat dalam skripsi ini dikutip atau dirujuk berdasarkan kode etik ilmiah secara jelas sesuai dengan pedoman penulisan karya tulis ilmiah yang berlaku.

Apabila di kemudian hari terbukti skripsi ini adalah hasil jiplakan dari karya tulis orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Serang, 15 September 2022



Mila Alfaini
NIM.181260033

ABSTRAK

Mila Alfaini, Nim 181260033 Pengenalan Gizi Seimbang Pada Anak Usia Dini Melalui Kegiatan Membentuk Kreasi Makanan di TK Negeri Pembina Kecamatan Cipocok Jaya.

Tujuan penelitian ini bertujuan untuk mengetahui cara meningkatkan kesadaran anak terhadap makanan yang mengandung gizi seimbang melalui kegiatan membentuk kreasi makanan TK Negeri pembina kecamatan cipocok jaya. Penelitian ini dilatarbelakangi oleh anak-anak kelas satu B yang masih memerlukan banyak stimulasi yang baik khususnya pada pengenalan gizi seimbang yang mengandung akan makanan sehat dengan menggunakan kegiatan membentuk kreasi makanan. jenis penelitian yan digunakan adalah penelitian kualitatif.

Metode yang digunakan dalam pengumpulan data dalam penelitian ini adalah observasi, wawancara dan dokumentasi, sedangkan analisis data menggunakan teknik analisis yang diperoleh secara kualitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kegiatan membentuk kreasi makanan sangat efektif untuk meningkatkan pemahaman atau pengenalan gizi seimbang pada anak. bekal atau hidangan yang dikreasikan dengan menu yang menyehatkan yang terdiri dari makanan yang mengandung gizi seimbang dapat memberikan pemahaman anak untuk lebih banyak mengkomsumsi makanan yang menyehatkan dan menghindari makanan yang dapat berdampak buruk bagi kesehatan. Dengan adanya pengenalan gizi seimbang melalui kegiatan membentuk kreasi makanan menunjukan dampak positif pada perkembangan dan pertumbuhan anak usia dini, baik perkembangan fisik maupun psikis. Yang dapat menunjang berjalannya proses pendidikan anak usia dini.

Kata kunci: *kreasi makanan, pengenalan gizi seimbang*



**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SULTAN MAULANA HASANUDDIN BANTEN**

Jl. Syech Nawawi Al-Bantani Kp. Andamu'i Kel. Sukawana Kec. Curug Kota Serang
4271 Web Site: <http://ftk.uinbanten.ac.id> Email: ftkuinbanten.ac.id Telp: (0254)200323 – 208849 ext 2030
fax 200022

Nomor	: -	Kepada Yth.
Lampiran	: Skripsi	Dekan Fakultas
Perihal	: Ujian Munaqosah	Tarbiyah dan
keguruan	a.n Mila Alfaini	UIN SMH
Banten		
	NIM: 181260033	Di –
		Tempat

Assalamualaikum Wr. Wb

Dipermaklumkan dengan hormat, bahwa setelah membaca dan menganalisis serta mengadakan koreksi seperlunya, kami berpendapat bahwa skripsi saudara Mila Alfaini, NIM: 181260033 yang berjudul **“Pengenalan Gizi Seimbang Pada Anak Usia Dini Melalui Kegiatan Membentuk Kreasi Makanan di TK Negeri Pembina Kecamatan Cipocok Jaya.”** sudah dapat diajukan sebagai salah satu syarat untuk melengkapi ujian munaqosah pada Jurusan Pendidikan Islam Anak Usia Dini Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Demikian atas segala perhatian Bapak. Kami ucapkan terimakasih
Wassalamualaikum Wr Wb.

Serang, 15 September 2022

Pembimbing I

Dr. Moch. Subekhan, M.Ag.
NIP. 197301242005011002

Pembimbing II

Birru Muqdamien, M.Kom.
NIP. 198103202009121003

PERSETUJUAN

**PENGENALAN GIZI SEIMBANG PADA ANAK USIA DINI
MELALUI KEGIATAN MEMBENTUK KREASI MAKANAN DI
TK NEGERI PEMBINA KECAMATAN CIPOCOK JAYA**

Oleh:

MILA ALFAINI
NIM: 181260033

Menyetujui,

Pembimbing I



Dr. Moch. Subekhan, M.Ag.
NIP. 197301242005011002

Pembimbing II



Birru Muqdamien, M.Kom.
NIP. 198103202009121003

Mengetahui,

Dekan Fakultas
Tarbiyah dan Keguruan



Dr. Nana Jumhana, M.Ag
NIP. 197110291999031002

Ketua Jurusan
Pendidikan Islam Anak Usia Dini



Umayah, S.Psi., M.M.Pd.
NIP. 197107102000032008

PENGESAHAN

Skripsi a.n Mila Alfaini, NIM: 181260033 yang berjudul *Pengenalan Gizi Seimbang Pada Anak Usia Dini Melalui Kegiatan Membentuk Kreasi Makanan Di TK Negeri Pembina Kecamatan Cipocok Jaya*, telah diujikan dalam sidang Munaqasah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten, pada tanggal 20 Oktober 2022.

Skripsi tersebut telah disahkan dan diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) pada Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Serang, 20 Oktober 2022

Sidang Munaqasah,

Ketua Merangkap Anggota



Dr. Nana Jumhana, M.Ag.
NIP.197110291999031002

Sekretaris Merangkap Anggota



Teguh Fachmi, M.Si.
NIP. 199204012019031015

Anggota:

Penguji I



Umayah, S.Psi., M.M.Pd.
NIP. 197107102000032008

Penguji II



Muhiyatul Huliyah, S.Sos.I., M.Pd.
NIP. 2014077902

Pembimbing I



Dr. Moch Subekhan, M.Ag.
NIP. 197301242005001002

Pembimbing II



Birru Muqdamien, M.Kom.
NIP. 198103202009121003

PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim...

Alhamdulillah puji syukur kehadiran Allah SWT. Yang mengatur seluruh makhluknya, sholawat dan salam terlimpah curahkan kepada Nabi dan Rasulullah SAW yang membawa cahaya bagi kehidupan manusia.

Tetes peluh yang membasahi saya, ketakutan yang memberatkan langkah, tangis keputusan yang sulit dibendung, dan kekecewaan yang pernah menghiasi hari-hari kini menjadi tangisan penuh haru dengan rasa bersyukur dan kebahagiaan yang tumpah dalam sujud panjang. “Skripsi ini saya persembahkan sepenuhnya kepada dua orang hebat dalam hidup saya, yaitu ayahanda Ansori dan ibunda Rosita beserta kakak-kakakku tercinta. Keduanya lah yang membuat segalanya menjadi mungkin sehingga saya bisa sampai pada tahap di mana skripsi ini akhirnya selesai. Terimakasih atas segala pengorbanan, nasihat dan do’a baik yang tidak pernah berhenti kalian berikan kepadaku. Aku selamanya bersyukur dengan keberadaan kalian sebagai orang tua ku.”

RIWAYAT HIDUP

Penulis dilahirkan Pandeglang pada tanggal 17 Januari 2000. Penulis menetap di kota kelahiran yaitu di Kota Pandeglang hingga saat ini. Orang tua penulis Bapak Ansori & Ibu Rosita yang memberi nama penulis “Mila Alfaini”

Pada tahun 2007 penulis masuk Sekolah Dasar di Negeri Cilaja 2 dan lulus pada tahun 2012. Kemudian melanjutkan sekolah tingkat pertama pada tahun yang sama di Mts Nurul Hidayah Cilaja dan lulus tiga tahun kemudia pada tahun 2015. Selanjutnya masuk pada sekolah menengah akhir di MA Nurul Falah Kaungcaang dan lulus pada tahun 2018. Dan pada tahun yang sama penulis masuk perguruan tinggi pada Jurusan Pendidikan Islam Anak Usia Dini Fakultas Tarbiyah & Kerguruan UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Dengan ketekunan, motivasi tinggi untuk terus belajar dan berusaha. Penulis telah berhasil penulis telah berhasil menyelesaikan pengerjaan tugas akhir skripsi ini. Semoga dengan penulisan tugas akhir skripsi ini mampu memberikan kontribusi positif bagi dunia pendidikandi

MOTTO

“Tahapan pertama dalam mencari ilmu adalah mendengarkan, kemudian diam dan menyimak dengan penuh perhatian, lalu menjaganya, lalu mengamalkannya, dan kemudian menyebarkannya.”

(Sufyan bin Uyainah)

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahiim

Segala puji dan syukur kita curahkan kehadirat Allah SWT atas rahmat dan karunia-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan Skripsi ini dengan judul **“Pengenalan Gizi Seimbang Pada Anak Usia Dini Melalui Kegiatan Membentuk Kreasi Makanan di TK Negeri Pembina Kecamatan Cipoco Jaya”**

Penyusunan skripsi ini untuk memenuhi Sebagian persyaratan akademik untuk menyelesaikan program Sarjana Pendidikan (S.Pd) pada jurusan Pendidikan Islam Anak Usia Dini (PIAUD) Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Peneliti menyadari dalam menyusun skripsi ini banyak mendapat dukungan, bimbingan bantuan dan kemudahan dari berbagai pihak sehingga skripsi ini dapat diselesaikan. Dengan ketulusan hati, penulis menyampaikan ucapan terimakasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Wawan Wahyudin, M.Pd., Rektor UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten.
2. Bapak Dr. Nana Jumhana, M. Ag., Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten.
3. Ibu Umayyah, S. Psi., M.M.Pd., Ketua Jurusan Pendidikan Islam Anak Usia Dini Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten.
4. Bapak Teguh Fahmi, M.Si., Sekretaris Jurusan Pendidikan Islam Anak Usia Dini UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

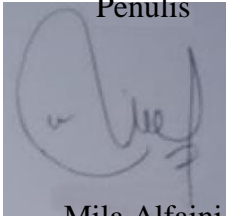
5. Bapak Dr. Moch. Subekhan, M.Ag, Sebagai Pembimbing I dan Bapak Birru Muqdamien, M.Kom, Sebagai Pembimbing II, yang telah memberikan bimbingan dan saran-saran kepada penulis selama penyusunan skripsi ini.
6. Bapak dan Ibu Dosen UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten, terutama yang telah mengajar dan mendidik penulis selama kuliah di UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten.
7. Segenap Staf Akademik Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten.
8. Teruntuk keluarga tercinta kedua orang tuaku serta kakak-kakakku yang telah memberikan kasih sayang dan do'a, dukungan serta motivasi baik secara moril maupun material untuk selalu terikat dengan hukum syara' dan menjadi orang yang bahagia di dunia maupun di akhirat.
9. Teman-teman Jurusan Pendidikan Anak Usia Dini Angkatan 2018 yang senantiasa selalu membantu dan memberikan semangat dalam menjalani hidup ini.
10. Untuk Teman Madol Team, Eva Nurjannah, Elin Laelan Prihatini, Fatin Nabila Al-innayyah Al-Fatihah dan Indri Intania Rahmi
11. Dan semua pihak yang tidak penulis sebutkan satu-persatunya namun selalu ada dan memberikan bantuan baik moril maupun material, semoga Allah Swt. Membalas semua kebaikan kalian, Amin Ya Robbal'almiin.

Atas segala bantuan yang telah diberikan, peneliti berharap semoga Allah SWT membalas dengan pahala yang berlimpah, Amiin Yaa Rabbal Alamiin. Peneliti juga menyadari bahwa skripsi ini masih

jauh dari kata sempurna baik dari segi isi maupun metodologi penulisannya. Untuk itu, kritik dan saran dari pembaca sangat peneliti harapkan guna perbaikan selanjutnya. Dan pada akhirnya hanya kepada Allah SWT. Peneliti berharap, semoga skripsi ini bermanfaat bagi peneliti khususnya dan bagi pembaca pada umumnya. Aamiin Ya Rabbal Alamiin.

Serang, 14 September 2022

Penulis

A square box containing a handwritten signature in black ink. The signature is stylized and appears to read 'Mila Alfaini'.

Mila Alfaini

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	i
ABSTRAK	ii
NOTA DINAS	iii
PERSETUJUAN PEMBIMBING	iv
PENGESAHAN	v
PERSEMBAHAN	vi
RIWAYAT HIDUP	vii
MOTTO	viii
KATA PENGANTAR	xi
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR TABEL	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	7
C. Rumusan masalah.....	8
D. Tujuan masalah.....	8
E. Manfaat penelitian	9
1. Manfaat teoritis.....	9
2. Manfaat praktis	9
F. Kerangka pemikiran	10
G. Sistematika pembahasan.....	11
BAB II LANDASAN TEORI	13
A. Gizi Seimbang	13
1. Pengertian gizi seimbang.....	13

2.	Macam-macam gizi	19
3.	Manfaat gizi	25
4.	Konsep pola makan anak	28
B.	Membentuk Kreasi Makanan.....	36
1.	Pengertian membentuk kreasi makanan	36
2.	Langkah-langkah dalam membentuk kreasi makanan.....	38
3.	Manfaat membentuk kreasi makanan	42
4.	Pengenalan gizi seimbang dan membentuk kreasi makanan	44
BAB III	METODOLOGI PENELITIAN.....	47
A.	Tempat dan waktu	47
B.	Pendekatan penelitian	48
C.	Jenis penelitian	49
D.	Subjek dan objek penelitian	51
E.	Tempat pengumpulan data.....	52
F.	Instrument	56
G.	Teknik analisis data	59
BAB IV	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	64
A.	Gambaran Umum TK Negeri Pembina Kecamatan Cipocok Jaya.....	64
1.	Letak geografis TK Negeri Pembina kecamatan cipocok jaya	64
2.	Visi, Misi, Strategi dan Ikrar TK Negeri Pembina kecamatan cipocok jaya.....	65
3.	Struktur kepeguruan TK Negeri Pembina kecamatan cipocok Jaya	67

4. Keadaan kepala sekolah, guru dan wali murid TK Negeri Pembina kecamatan cipocok jaya.....	72
B. Hasil Penelitian	74
1. Mengenalkan gizi secara umum	74
2. Proses pelaksanaan pengenalan gizi seimbang.....	75
3. Bentuk dan jadwal kreasi makanan	76
C. Pembahasan Hasil Penelitian	78
1. Pengenalan gizi seimbang pada anak usia dini melalui kegiatan membentuk kreasi makanan di tk negeri pembina kecamatan cipocok jaya	78
2. Dampak pengenalan gizi seimbang pada anak usia dini melalui kegiatan membentuk kreasi makanan di tk negeri pembina kecamatan cipocok jaya.....	96
BAB V PENUTUP	102
A. Kesimpulan	102
B. Saran	104
DAFTAR PUSTAKA	106
LAMPIRAN	109

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1	81
Gambar 4.2	84
Gambar 4.3	89
Gambar 4.4	91
Gambar 4.5	93
Gambar 4.6	94

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Kerangka Berfikir	11
Tabel 3.1 Waktu Penelitian	48
Table 3.3 Pedoman Observasi	54
Tabel 3.4 Kisi-kisi wawancara pengenalan gizi seimbang pada anak usia dini melalui kegiatan membentuk kreasi makanan di TK Negeri Pembina Kecamatan Cipocok Jaya	58
Tabel 4.1 Data siswa di kelas 1 B manggis	73