

**ANALISIS GIZI SEIMBANG PADA ANAK USIA (5-6) TAHUN
DI TK BHAYANGKARI III SPN BETUNG**

SKRIPSI

Oleh

Icha Amelia

NIM: 06141381823062

Program Studi Pendidikan Guru-Pendidikan Anak Usia Dini



FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS SRIWIJAYA

TAHUN 2023

**ANALISIS GIZI SEIMBANG PADA ANAK USIA (5-6) TAHUN
DI TK BHAYANGKARI III SPN BETUNG**

SKRIPSI

Oleh

Icha Amelia

NIM: 06141381823062

Program Studi Pendidikan Guru-Pendidikan Anak Usia Dini



FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS SRIWIJAYA

TAHUN 2023

**ANALISIS GIZI SEIMBANG PADA ANAK USIA (5-6) TAHUN
DI TK BHAYANGKARI III SPN BETUNG**

SKRIPSI

Oleh:

Icha Amelia

NIM. 06141381823062

Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini

Mengesahkan

Koordinator Prodi PG-PAUD,

Pembimbing Skripsi



Dr. Windi Dwi Andika, M.Pd

NIP. 198906212019032017



Dra. Rukiyah, M.Pd

NIP. 196112251988032001

Mengetahui

Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan



Prof. Dr. Sri Sumarni, M.Pd

NIP. 195901011986032001

**ANALISIS GIZI SEIMBANG PADA ANAK USIA (5-6) TAHUN
DI TK BHAYANGKARI III SPN BETUNG**

SKRIPSI

Oleh:

Icha Amelia

NIM. 06141381823062

Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini

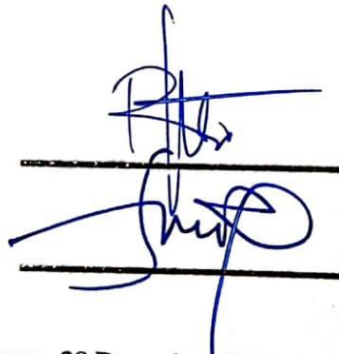
Telah diujikan dan lulus pada:

Hari : Rabu

Tanggal : 28 Desember 2022

TIM PENGUJI

1. Ketua : Dra. Rukiyah, M.Pd
2. Anggota : Prof. Dr. Sri Sumarni, M.Pd



Palembang, 28 Desember 2022

Mengetahui,

Koordinator Program Studi



Dr. Windi Dwi Andika, M.Pd

NIP. 198906212019032017

Universitas Sriwijaya

PERNYATAAN

Saya yang betanda tangan di bawah ini:

Nama : Icha Amelia

NIM : 0614138182362

Program Studi : Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini

Menyatakan dengan sungguh-sungguh skripsi yang berjudul “ Analisis Gizi Seimbang Pada Anak Usia (5-6) Tahun Di TK Bhayangkari III SPN Betung” ini adalah benar-benar karya saya sendiri dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku sesuai dengan Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 17 tahun 2010 tentang Pencegahan dan Penanggulangan Plagiat di Perguruan Tinggi. Apabila di kemudian hari, ada pelanggaran yang ditemukan dalam skripsi ini dan atau ada pengaduan dari pihak lain terhadap keaslian karya ini, saya bersedia menanggung sanksi yang dijatuhkan kepada saya.

Demikianlah pernyataan ini dibuat dengan sungguh-sungguh tanpa pemaksaan dari pihak manapun.

Palembang, 28 Desember 2022

Yang membuat pernyataan



Icha Amelia

NIM. 06141381823062

PRAKATA

Skripsi dengan judul “Analisis Gizi Seimbang Pada Anak Usia (5-6) Tahun Di TK Bhayangkari III SPN Betung” disusun untuk memnuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) pada Program Studi Pendidikan Guru Pendiidkan Anak Usia Dini Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sriwijaya.

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Dra. Rukiyah, M.Pd sebagai pembimbing atas segala bimbingan yang telah diberikan dalam penulisan skripsi ini. Pemulis juga mengucapkan terima kasih kepada Dr. Hartono, M.A., Dekan FKIP Unsri., Prof. Dr. Sri Sumarni, M.Pd., Ketua dan Sekretaris Jurusan Pendidikan, Dr. Windi Dwi Andika, M.Pd., Koordinator Program Studi Pendidikan Anak Usia Dini yang telah memberikan kemudahan dalam pengurusan administrasi selama program studi PG-PAUD, Prof. Dr. Sri Sumarni, M.Pd, Dra. Syafdaningsih, M.Pd, Dra. Rukiyah, M.Pd, Dra. Hasmalena, M.Pd, Febriyanti Utami, M.Pd, Dr. Windi Dwi Andika, M.Pd, Taruni Suningsih, M.Pd, serta Mahyumi Rantina, M.Pd, atas semua ilmu, nasehat serta semangat yang telah diberikan.

Akhir kata, semoga skripsi ini dapat bermanfaat untuk pembelajaran bidang studi Pendidikan Anak Usia Dini dan pengembangan ilmu pengetahuan, teknologi, dan seni.

Palembang, 28 Desember 2022



Icha Amelia

NIM. 06141381823062

HALAMAN PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim,

Alhamdulillahirrabil'alamin puji dan syukur saya panjatkan atas kehadiran Allah SWT, Tuhan Semesta Alam pemegang kendali atas setiap kejadian yang terjadi di semesta ini, berkat segala karunia nikmat iman dan islam sehingga penulis mampu menyelesaikan penulisan skripsi ini. Allahuma sholli'ala Muhammad, Shalawat serta salam tak lupa dipanjatkan kepada Rasul tercinta Nabi Muhammad SAW beserta keluarga dan seluruh sahabat-Nya yang senantiasa menjunjung tinggi ilmu pengetahuan. Atas izin Allah, Skripsi ini saya persembahkan untuk:

- ❖ Kedua orang tuaku, untuk Mama tersayang yang selalu mendoakan, memberikan kasih sayang yang berlimpah, memberikan semangat agar tidak menyerah. Untuk Papa tersayang yang selalu siap sedia mengantar kemanapun karena anaknya yang satu ini ngga bisa naik kendaraan apapun. Maaf, untuk segala kesalahan yang sudah diperbuat dan untuk hal-hal atau perkataan yang mungkin membuat kalian sedih. Sehat dan bahagia selalu mama papa!
- ❖ Untuk mbak dan kakakku tercinta, Selly dan Bagus. Makasih sudah mau direpotin antar jemput kalau papa lagi sibuk. Semoga sukses biar bisa ngasih uang jajan untuk adikmu ini.
- ❖ Ibu Dr. Windi Dwi Andika, M.Pd selaku koordinator Program Studi PG-PAUD FKIP UNSRI. Terima kasih banyak sudah membimbing serta membantu kelancaran dalam bidang akademik, bu.
- ❖ Ibu Dra. Rukiyah, M.Pd selaku dosen pembimbing skripsi, Ibu Taruni Suningsih, M.Pd selaku dosen validator saya. Dua insan hebat yang sudah memberikan waktunya untuk saya, membagikan ilmu serta tenaganya untuk memberikan waktunya untuk saya, membagikan ilmu serta tenaganya untuk membimbing saya dan memberikan arahan serta saran kepada saya.
- ❖ Seluruh Dosen pengajar FKIP UNSRI, khususnya Dosen PG-PAUD
Prof. Dr. Sri Sumarni, M.Pd
Dra. Syafdaningsih, M.Pd
Dra. Hasmalena, M.Pd
Dr. Windi Dwi Andika, M.Pd
Febriyanti Utami, M.Pd
Mahyumi Rantina, M.Pd
- ❖ Ibu Tesi selaku admin PAUD terima kasih sudah membantu, membimbing, melayani dan mempermudah urusan akademik selama kuliah.
- ❖ Untuk teman-temanku, Yovie (jangan pakek P) makasih udah mau menerima aku dan segala ketidakbergunaan diri ini (Cuma bisa bantu standar dua) jangan lupa buat ngechat disemua *platform* media sosial biar aku ngga lupa sama

pertemanan yang biasa aja ini (bercanda). Bila yang baik hati seperti ibu peri makasih buat kamar kosnya yang selalu jadi tumpangan ketika lagi ngga pengen pulang dan selalu dengerin cerita aku tentang manusia-manusia dari *platform* pesawat kertas. Dij yang kalo bawa motor udah kek balapan makasih buat kebaikan dan kelakuan buang gas dimana pun berada yang bikin ketawa (ada buktinya, disalah satu *vlog* Palembang-Indralaya). Alya yang ngeborong ras terkuat di bumi (kpop, wibu, pecinta kucing), makasih buat cerita dan lawakan yang selalu lucu. Silvia yang pinter make up dan aslinya pun udah cantik, makasih udah mau jadi temen aku yang biasa aja ini mana sering nelpon tiba-tiba (ganggu banget emang). Shandra yang kalo kuliah ga pernah telat dan selalu *ngekeep* kursi buat temennya, makasih buat kebaikannya. Tara temen pertama aku yang duduk sebelah di audit terus kamu yang ngajak ngobrol duluan (aku ngga mungkin ngajak ngobrol duluan), makasih buat kenangannya salah satunya jatuh dari motor depan pasar palimo. Bahagia dan sukses buat kita!!

- ❖ *Dream Squad*, buat Nana yang cakep, baik, lucu terima kasih atas lelucon, muka *memeable* dan ketenangan yang diberikan. Njun yang manisnya udah diluar semesta makasih buat taburan gula ditiap harinya. Makasih juga buat chan, jen, sung, le, min atas bahagia yang kalian tebar.
- ❖ Teman-teman sekelas ku “*ECE’18 Palembang*” yang tidak bisa aku sebutkan namanya satu persatu tetapi akan selalu aku ingat, terima kasih dan mohon maaf jika ada perkataan atau perbuatan yang buat kesel, menyinggung, dan merepotkan kalian, sukses dan bahagia selalu.
- ❖ Dan yang paling penting dari semuanya, terima kasih kepada diri sendiri untuk tetap bertahan, terima kasih untuk kerja kerasnya selama ini, terima kasih karena bisa menenangkan diri sendiri, terima kasih untuk tetap baik pada diri sendiri, dan mungkin maaf kalau terasa berat. Cerita kamu masih panjang dan pastinya banyak hal-hal baik didepan, jadi tetap semangat ya! inget *meme* “akan ku hadapi semuanya, tapi sambil nangis”.

MOTTO

“Giving up is easy, but in the end you won't get any outcomes. Diligence is hard, but in the end you will get a lot out of it. All need bravy for good outcomes”

-Renjun-

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN UAP	Error! Bookmark not defined.
PERNYATAAN	ii
PRAKATA	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
MOTTO	vi
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
ABSTRAK	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2. Rumusan Masalah.....	3
1.3. Tujuan Penelitian	3
1.4. Manfaat Penelitian	3
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	4
2.1 Hakikat Gizi.....	4
2.1.1 Pengertian Gizi	4
2.1.2 Jenis-Jenis Zat Gizi.....	4
2.2 Hakikat Gizi Seimbang.....	7
2.2.1 Pengertian Gizi Seimbang	7
2.2.2 Empat Pilar Gizi Seimbang	8
2.3 Hakikat Anak Usia Dini.....	13
2.3.1 Pengertian Anak Usia Dini	13
2.3.2 Karakteristik Anak Usia 5-6 Tahun.....	14
2.4 Penelitian Relevan	15
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	17
3.1. Jenis Penelitian	17
3.2. Variabel Penelitian.....	17

3.3. Konseptual Variabel Penelitian	17
3.4. Operasional Variabel Penelitian	17
3.5. Lokasi Penelitian	18
3.6. Populasi dan Sampel Penelitian.....	18
3.6.1. Populasi Penelitian.....	18
3.6.2. Sampel Penelitian	18
3.7. Jenis Data dan Sumber Data	18
3.8. Teknik Pengumpulan Data dan Instrumen Penelitian	18
3.8.1. Pengumpulan Data.....	18
3.8.2. Instrumen Penelitian	19
3.9. Uji Instrumen Penelitian	22
3.9.1. Uji validitas.....	22
3.9.2. Uji Reliabilitas	23
3.10. Teknik Analisis Data	24
3.11. Prosedur Penelitian	25
BAB IV	26
4.1. Deskripsi Lokasi	26
4.2. Hasil Pengumpulan Data Angket.....	26
4.2.1. Mengonsumsi Anekaragam Pangan	26
4.2.2. Membiasakan Perilaku Hidup Bersih	27
4.2.3. Melakukan Aktivitas Fisik.....	28
4.3. Pembahasan	29
4.3.1. Mengonsumsi Anekaragam Pangan	29
4.3.2. Membiasakan Perilaku Hidup Bersih	29
4.3.3. Melakukan Aktivitas Fisik.....	30
BAB V.....	32
5.1. Kesimpulan.....	32
5.2. Saran	32
DAFTAR PUSTAKA	33
LAMPIRAN.....	37

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Instrumen Kisi-Kisi Kusioner/Angket	19
Tabel 2 Instrumen Kisi-Kisi Wawancara.....	21
Tabel 3 Kriteria Relibialitas Instrumen.....	23
Tabel 4 Hasil Uji Reliabilitas	24
Tabel 5 Kriteria Dasar Pengambilan Keputusan	25
Tabel 6 Hasil Angket Indikator Mengonsumsi Anekaragam Pangan.....	26
Tabel 7 Hasil Angket Indikator Membiasakan Perilaku Hidup Bersih.....	27
Tabel 8 Hasil Indikator Melakukan Aktivitas Fisik.....	28

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Mengonsumsi Bekal.....	43
Gambar 2 Membereskan Bekal.....	43
Gambar 3 Pembelajaran Inti.....	44
Gambar 4 Bermain Pada Jam Istirahat.....	44

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Tabel Hasil Uji Validitas	38
Lampiran 2 Tabel Hasil Uji Reliabilitas	39
Lampiran 3 Presentase Angket Indikator Mengonsumsi Anekaragam Pangan	40
Lampiran 4 Presentase Angket Indikator Membiasakan Perilaku Hidup Bersih...	41
Lampiran 5 Presentase Angket Indikator Melakukan Aktivitas Fisik	42
Lampiran 6 Foto Kegiatan Penelitian	43
Lampiran 7 SK Pembimbing.....	45
Lampiran 8 Lembar Validasi Instrumen	47
Lampiran 9 SK Validator	51
Lampiran 10 Surat Izin Penelitian.....	52
Lampiran 11 Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian	53
Lampiran 12 Usul Judul	54
Lampiran 13 Persetujuan Seminar Proposal Penelitian	55
Lampiran 14 Keterangan Pengecekan Similarity.....	56
Lampiran 15 Bukti Submit Jurnal	57
Lampiran 16 Bukti Perbaikan Skripsi	58
Lampiran 17 Bukti ACC Jilid	61

**ANALISIS GIZI SEIMBANG PADA ANAK USIA (5-6) TAHUN
DI TK BHAYANGKARI III SPN BETUNG**

Oleh:

Icha Amelia

Nim: 06141381823062

Pembimbing: Dra. Rukiyah, M.Pd

Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini

ABSTRAK

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mempresentasikan dan mendeskripsikan gizi seimbang pada anak usia 5-6 tahun. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif. Sampel pada penelitian ini adalah anak usia (5-6) tahun di TK Bhayangkari III SPN Betung yang berjumlah 12 orang. Teknik pengumpulan data menggunakan lembar pengisian angket dan wawancara secara langsung dengan guru. Teknik analisis data menggunakan persentase, hasil penelitian menunjukkan bahwa gizi seimbang anak usia (5-6) tahun dapat dilihat dari 3 indikator, yaitu mengonsumsi aneka ragam pangan dengan hasil 7 anak (58,3%) pada kategori Sangat Baik dan 5 anak (41,7%) pada kategori Baik (BK). Selanjutnya indikator membiasakan perilaku hidup bersih dengan hasil 9 anak (75%) pada kategori Sangat Baik (SB) dan 3 anak (25%) pada kategori Cukup Baik (CB). Dan indikator melakukan aktivitas fisik dengan hasil 9 anak (75%) pada kategori Sangat baik (SB) dan 3 anak (25%) pada kategori Baik (BK).

Kata kunci: *gizi seimbang, aneka ragam pangan, hidup bersih, aktivitas fisik*

ANALISIS GIZI SEIMBANG PADA ANAK USIA (5-6) TAHUN

DI TK BHAYANGKARI III SPN BETUNG

Oleh:

Icha Amelia

Nim: 06141381823062

Pembimbing: Dra. Rukiyah, M.Pd

Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini

ABSTRACT

This study aims to present and describe balanced nutrition in children aged 5-6 years. The method used in this research is descriptive quantitative. The sample in this study were 12 children aged (5-6) at Bhayangkari III Kindergarten at SPN Betung. Data collection techniques used questionnaires and direct interviews with teachers. The data analysis technique used percentages, the results showed that balanced nutrition for children aged (5-6) years could be seen from 3 indicators, namely consuming a variety of foods with the result that 7 children (58.3%) were in the Very Good category and 5 children (41, 7%) in the Good category (BK). Furthermore, the indicator of getting used to clean living behavior resulted in 9 children (75%) in the Very Good (SB) category and 3 children (25%) in the Fairly Good (CB) category. And the indicators of doing physical activity resulted in 9 children (75%) in the Very Good category (SB) and 3 children (25%) in the Good category (BK).

Keywords: *balanced nutrition, variety of food, clean living, physical activity.*

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Anak adalah anugerah luar biasa yang diberikan kepada orang tua oleh Tuhan Yang Maha Esa. Sebagai orang tua berkewajiban untuk mendidik, menjaga, membesarkan anak agar tumbuh menjadi orang yang berguna bagi keluarga, masyarakat serta bangsa. Anak usia dini adalah usia emas (*golden age*) dimana anak berkembang secara fisik motorik, sosial emosional, kognitif dan moral menurut (Pratiwi, 2017). Pertumbuhan dan perkembangan merupakan hal yang pasti dilalui oleh setiap anak. Oleh karena itu, orang tua harus memperhatikan segala aspek perkembangan dan pertumbuhan anak agar dapat mengembangkan potensi yang anak miliki secara maksimal.

Gizi merupakan salah satu aspek penting yang harus diperhatikan orang tua, menerapkan pola makan yang baik tentunya dapat menunjang tumbuh kembang anak dengan sebaik-baiknya. Pada masa *golden age* anak membutuhkan asupan gizi yang seimbang agar proses perkembangan anak tidak terganggu, gizi yang diberikan pada anak juga harus sesuai dengan kebutuhannya.

Gizi yang seimbang adalah asupan nutrisi yang didapat dari makanan, makanan yang dikonsumsi harus mengandung nilai gizi tinggi yang diperlukan oleh tubuh menurut (Jamilah, 2020). Konsep pedoman gizi seimbang menekankan pada jenis makanan dan takaran porsi sesuai dengan kebutuhan, tidak hanya makanan pokok, lauk pauk, sayur mayur, buah-buahan, tetapi juga menekankan berapa jumlah zat gizi dalam satu piring makan sehari-hari, zat-zat tersebut adalah karbohidrat, protein, lemak, vitamin, mineral dan air. Pemberian asupan gizi yang tidak sesuai dapat memberikan dampak besar bagi proses tumbuh kembang anak, rentan terserang penyakit sehingga menghambat aktivitas harian anak yang dapat meningkatkan kemampuan motorik, sosial emosional, kognitif, bahasa, moral dan seni.

Selain memperhatikan makanan yang dikonsumsi anak, perilaku hidup bersih serta sehat juga harus diperhatikan, agar anak terhindar dari bakteri yang

mampu menimbulkan berbagai penyakit. Anak-anak harus ditanamkan kebiasaan bersih, seperti mencuci tangan sebelum makan, sesudah makan, membuang sampah dan lain sebagainya. Memperhatikan kebersihan makanan yang dikonsumsi anak juga merupakan hal yang penting, orang tua dapat mencegah anak mengonsumsi sembarang makanan dengan membuat makanan yang menarik dan lezat di rumah. Melakukan aktivitas fisik juga termasuk dalam upaya mengembangkan gizi anak, antara pengeluaran dan pemasukan zat gizi pada tubuh.

Kegiatan makan bersama di waktu istirahat dilakukan setiap hari di Tk Bhayangkari III. Bekal yang dibawa anak ke sekolah biasanya cenderung hanya beberapa jenis makanan. Bahkan ada beberapa anak yang hanya membawa bekal mie instan. Pembiasaan cuci tangan sebelum dan sesudah makan juga dilakukan sebagai salah satu bentuk perilaku hidup bersih.

Perubahan pola makan juga dapat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak, orang tua memiliki peranan penting dalam mengatur pola makan anak. Pengetahuan tentang gizi yang baik dapat mempengaruhi makanan yang dikonsumsi anak, pemilihan makanan yang tidak tepat dapat memicu anak terserang penyakit sehingga menghambat aktivitas anak. Oleh karena itu, kajian mengenai gizi seimbang anak usia dini perlu untuk dilakukan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis gizi seimbang anak usia (5-6) tahun di TK Bhayangkari III SPN Betung.

1.2. Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah yang melatarbelakangi tersebut adalah:

- a. Bagaimana gambaran gizi seimbang pada anak usia (5-6) tahun di TK Bhayangkari III SPN Betung.

1.3. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk:

1. Mempresentasikan gizi seimbang anak usia (5-6) tahun di TK Bhayangkari III SPN Betung.
2. Mendeskripsikan analisis gizi seimbang anak usia (5-6) tahun di TK Bhayangkari III SPN Betung.

1.4. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini antara lain sebagai berikut :

- a. Menambah wawasan dan pengetahuan bagi peneliti mengenai gizi seimbang anak
- b. Memberi wawasan kepada orang tua mengenai perkembangan gizi anak dan dampak buruk bagi anak dengan gizi buruk
- c. Menjadi referensi bagi masyarakat mengenai gizi seimbang anak.

DAFTAR PUSTAKA

- Adeliasani, P. (2019). Gambaran Penilaian Lansia Terhadap Unsur Mutu Hidangan Pada Penyelenggaraan Makanan Di Upt Panti Sosial Rehabilitasi Lanjut Usia Mulia Dharma.
- Aeiny, S. N. (2021). Studi Kasus Penerapan Pola Makan Sehat Anak Usia 5-6 Tahun Case Study the Implementation of Dietary Pattern Children Aged 5-6 Years. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(9), 271–276.
- Akbar, D. M., & Aidha, Z. (2020). Perilaku Penerapan Gizi Seimbang Masyarakat Kota Binjai Pada Masa Pandemi Covid-19 Tahun 2020. *Jurnal Menara Medika*, 3(1), 15–21.
- Anggraeni, A. D. (2017). Kompetensi Kepribadian Guru Membentuk Kemandirian Anak Usia Dini. *AWLADY : Jurnal Pendidikan Anak*, 3(2), 28. <https://doi.org/10.24235/awladly.v3i2.1529>
- Anhusadar, L., & Islamiyah. (2020). Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Anak Usia Dini di Tengah Pandemi Covid 19. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 463. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i1.555>
- Azhima, S. N. (2021). Analisis Peran Orang Tua Terhadap Pemberian Gizi Seimbang Untuk Bekal Anak di PAUD Bina Harapan Desa Muara Tabun.
- Azkie, Q., Kismiantini, & Setiawan, E. P. (2022). Pemodelan Gizi Buruk pada Balita di Provinsi Jawa Timur Menggunakan Geographically Weighted Regression (GWR). *Proceedings of the National Seminar on Mathematics, Statistics, and Its Applications*, 302–311.
- Cahyaningtyas, A. S. (2020). Pembelajaran Menggunakan Augment Reality Untuk Anak Usia Dini Di Indonesia. *Jurnal Teknologi Pendidikan : Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Pembelajaran*, 5(1), 20. <https://doi.org/10.33394/jtp.v5i1.2850>

- Erniwati, & Fitriani, W. (2020). Faktor-faktor penyebab orang tua melakukan kekerasan verbal pada anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(1), 1–8.
- Ihsani, I., & Santoso, M. B. (2020). Edukasi Sanitasi Lingkungan Dengan Menerapkan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Pada Kelompok Usia Prasekolah Di Taman Asuh Anak Muslim Ar-Ridho Tasikmalaya. *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(3), 289.
<https://doi.org/10.24198/jppm.v6i3.22987>
- Indanah, Sukesih, Fairuzza, & Khoiriyah. (2021). Obesitas Pada Balita. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 12(2), 242.
<https://doi.org/10.26751/jikk.v12i2.1115>
- Jamilah, S. (2020). Peran Guru Dalam Menangani Asupan Gizi Seimbang Pada Anak Melalui Kreasi Makanan di TK Asiyiyah 1 Ranggo Kota Bima. *Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Soisal*, 3(1), 353–372.
[http://www.nostarch.com/javascriptforkids%0Ahttp://www.investopedia.com/terms/i/in_specie.asp%0Ahttp://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/35612/1/Trabajo de Titulacion.pdf%0Ahttps://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2019/01/GUIA-METODOL](http://www.nostarch.com/javascriptforkids%0Ahttp://www.investopedia.com/terms/i/in_specie.asp%0Ahttp://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/35612/1/Trabajo%20de%20Titulacion.pdf%0Ahttps://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2019/01/GUIA-METODOL)
- Khairi, H. (2018). Karakteristik Perkembangan Anak Usia Dini dari 0-6 Tahun. *Jurnal Warna*, 2(2), 15–28. ejournal.iaig.ac.id
- Liana, A. E., Soharno, S., & Panjaitan, A. A. (2017). Hubungan Antara Pengetahuan Tentang Gizi Seimbang Dengan Indek Masa Tubuh Pada Mahasiswa. *Jurnal Kebidanan*, 7(2), 132–139.
<https://doi.org/10.33486/jk.v7i2.10>
- Miranti, P., & Putri, L. D. (2021). Waspada Dampak Penggunaan Gadget Terhadap Perkembangan Sosial Anak Usia Dini. *Jendela PLS*, 6(1), 58–66.
<https://doi.org/10.37058/jpls.v6i1.3205>
- Novela, V. (2020). Hubungan Konsumsi Zat Gizi Mikro Dan Pola Makan Dengan

- Kejadian Obesitas. *Human Care Journal*, 4(3), 190.
<https://doi.org/10.32883/hcj.v4i3.549>
- Nuzrina, R. (2020). Upaya Peningkatan Pengetahuan Mengenai Gizi Seimbang pada Penjamah Makanan Kantin Universitas Esa Unggul. *Jurnal Abdimas*, 6(2), 1–5.
- Pratiwi, W. (2017). Konsep Bermain Pada Anak Usia Dini. *Manajemen Pendidikan Islam*, 5(2), 106–117.
- Purbowati, Afiatna, P., & Anugrah, R. M. (2019). Edukasi Gizi untuk Meningkatkan Kualitas Bekal Makan Anak Usia Prasekolah di TK Teladan Dharma Wanita Ungaran. *Indonesian Journal of Community Empowerment (IJCE)*, 1161, 24–29.
- Puspaningtyas, D. E., Sari, S. P., Afriani, Y., & Mukarromah, N. (2019). Edukasi Gizi Efektif Meningkatkan Pengetahuan Atlet Mengenai Gizi Seimbang dan Pemenuhan Kebutuhan Cairan. *Jurnal Pengabdian Dharma Bakti*, 2(2), 34.
<https://doi.org/10.35842/jpdb.v2i2.87>
- Puspitasari, A. G. (2017). *Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Pemenuhan Gizi Seimbang Anak Dengan Status Gizi Anak Usia 1-3 Tahun (Toddler) Di Posyandu Desa Ngliliran Kecamatan Panekan Kabupaten Magetan*.
- Rizki, W., & Rasyid, W. (2020). *Analisis Status Gizi Siswa SD Negeri di Desa Sikabalu Kecamatan Siberut Utara Kabupaten Kepulauan Mentawai*. 3(2), 6–10.
- Ronitawati, P., Sitoayu, L., Nuzrina, R., & Melani, V. (2020). Edukasi Bekal Sehat Berdasarkan Prinsip Gizi Seimbang Dengan Media " Isi Bekalku " Pada Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Masyarakat Mandiri*, 4(3), 407–414.
- Solicha, I., & Na'imah. (2020). Faktor yang Mempengaruhi Perkembangan Anak Usia Dini. *Jurnal Pelita PAUD*, 4(2), 197–207.
<https://doi.org/10.33222/pelitapaud.v4i2.968>

- Sumarlin, R. (2021). *Konsep Dasar Ilmu Gizi*.
- Syampurma, H. (2018). Studi Tentang Tingkat Pengetahuan Ilmu Gizi Siswa-Siswi Smp Negeri 32 Padang. *Jurnal MensSana*, 3(1), 88.
<https://doi.org/10.24036/jm.v3i1.69>
- Tamalum, A., Kapantow, N. H., & Sanggelorang, Y. (2021). Gambaran Penerapan Pedoman Umum Gizi Seimbang Mahasiswa Semester II Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal KESMAS*, 10(2), 50–57.
<https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/kesmas/article/view/32275>
- Tomasoa, V. A., Dary, D., & Dese, D. C. (2021). Hubungan Asupan Makan dan Aktifitas Fisik Terhadap Status Gizi Anak Usia Sekolah. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 6(2). <https://doi.org/10.30651/jkm.v6i2.7819>
- Weni, K. M., Hasmalena, & Syafdaningsih. (2017). Analisis penilaian pembelajaran di tk se- kecamatan belitang oku timur. *Kajian Teori Dan Pembelajaran PAUD*, 4(2), 1–9.
- Wulandari, M., Asmawi, M., & Karnadi, K. (2021). Hubungan Status Gizi dan Aktivitas Bermain melalui Keterampilan Gerak Dasar Anak Taman Kanak-Kanak. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 1706–1717.
<https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i2.965>
- Yulia, E. (2021). *Optimalisasi Pengenalan Makanan Bergizi Bagi Perkembangan Anak Usia Dini*. UIN Sultan Syarif Kasim Riau.
- Zulfianah. (2019). Laporan Pengabdian Kepada Masyarakat Pelatihan Pengetahuan Gizi Dan Stimulasi Kecerdasan Anak Bagi Guru Paud Dan Ibu Anak Usia Dini Di Kecamatan Baraka. *Pembelajaran Dan Pendidikan Anak Usia Dini*, 1(2), 34–44.