

Linda Khoiriyana . 2019) Analisis Sarapan (Gizi Seimbang) Pada Anak Usia Dini (Studi Deskriptif Di RA Ulil Albab Kecamatan Kamal). Skripsi, Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Trunojoyo Madura. Pembimbing Dwi Nurhayati Adhani, S.Psi., M.Psi dan M. Busyro Karim, S.Ag., M.Si

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan dan mendiskripsikan tentang sarapan (gizi seimbang) pada anak usia dini yang sesuai dengan Angka Kecukupan Gizi (AKG) anak usia 5-6 tahun di Raudhatul Athfal kecamatan kamal, kabupaten Bangkalan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif metode deskriptif, analisis data melalui tiga tahapan : *Data Reduction, Data Display, Conclusions*. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan observasi terus terang atau tersamar, wawancara semiterstruktur dan dokumentasi Ada 4 menu sarapan yang dianalisis dalam penelitian ini yaitu Nasi goreng dan telur dadar, Lontong mie, Lumpia dan Bubur kacang ijo. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa 1) Keempat menu sarapan belum memenuhi keanekaragaman kelompok pangan, karena kurangnya konsumsi buah dan sayur setiap hari 2) menu sarapan 1,3, dan 4 memenuhi AKG 5-6 tahun sedangkan menu ke 2 belum memenuhi AKG 5-6 tahun 3) Vitamin A,D, E, dan K hanya muncul pada menu ke 4 yaitu vitamin A 4) Kebutuhan air saat sarapan sudah sesuai dengan AKG anak usia 5-6 tahun.

Kata Kunci : Sarapan, Gizi Seimbang, AKG 5-6 Tahun

Linda Khoiriyana. 2019. Breakfast Analysis (Balanced Nutrition) in Early Childhood (Descriptive Study in RA Ulil Albab Kamal Sub-District). Thesis, Early Childhood Education Teacher Education Study Program, Faculty of Education, University of Trunojoyo Madura. Supervisors Dwi Nurhayati Adhani, S.Psi., M.Psi and M. Busyro Karim, S.Ag., M.Sc

ABSTRACT

This study aims to depict and describe breakfast (balanced nutrition) in early childhood in accordance with the Recommended Dietary Allowances (RDA) of children aged 5-6 years in Raudhatul Athfal kamal sub-district, Bangkalan district. This study uses a qualitative approach descriptive method, data analysis through three stages: Data Reduction, Data Display, Conclusions. Data collection techniques in this study used forthright or disguised observation, semi-structured interviews and documentation. There were 4 breakfast menus analyzed in this study, namely Fried Rice and Omelet, Lontong Noodle, Lumpia and Green Bean Porridge. The results of this study indicate that 1) The four breakfast menus do not meet the diversity of food groups, due to the lack of consumption of fruits and vegetables every day 2) breakfast menus 1,3, and 4 meet the 5-6 years RDA while the second menu do not meet the 5-6 years RDA 3) Vitamins A, D, E, and K only appear on the 4th menu, namely vitamin A 4) The need for water at breakfast is in accordance with the RDA of children aged 5-6 years.

Keywords: Breakfast, Balanced Nutrition, 5-6 Years RDA

KATA PENGANTAR

Bismillahirrohmaanirrohiim

Alhamdulillah Puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah memberi Nikmat, Rahmat serta Hidayah Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Analisis sarapan (gizi seimbang) pada anak usia dini (studi deskriptif di RA Ulil Albab Kecamatan kamal)”. Penyusunan laporan skripsi ini bertujuan untuk memenuhi persyaratan guna memperoleh gelar Sarjana Pendidikan.

Penulisan skripsi ini dapat diselesaikan melalui bimbingan, bantuan motivasi dari banyak pihak. Oleh karena itu dengan hormat penulis berterima kasih kepada:

1. Dr. Drs. Ec. H. Muh Syarif, M.Si. , selaku Rektor Universitas Trunojoyo Madura.
2. Sulaiman, S.Pd., M.Pd., selaku Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan.
3. Muhammad Busyro Karim, S.Ag., M.Si., selaku Koordinator Prodi PG PAUD Universitas Trunojoyo Madura.
4. Dwi Nurhayati Adhani, S.Psi., M.Psi., selaku pembimbing I yang telah meluangkan waktu dan ilmunya dalam mengarahkan dan memotivasi penulis sehingga dapat menyelesaikan laporan skripsi.
5. Titin Faridatun Nisa', S.Pd., M.Pd., selaku dosen pembimbing II yang telah meluangkan waktu, ilmu dan kesabarannya dalam memberikan bimbingan kepada penulis.
6. Muhammad Busyro Karim, S.Ag., M.Si., selaku dosen pengganti pembimbing II yang telah meluangkan waktu, ilmu dan kesabarannya dalam memberikan bimbingan kepada penulis.
7. Seluruh dosen PG PAUD Universitas Trunojoyo Madura yang telah membimbing dalam perkuliahan selama menempuh S1.
8. Keluarga Mahasiswa PG PAUD Angkatan 2015, kelas B yang telah menuntut ilmu Bersama dan saling mendukung.

9. Kepada kepala sekolah, guru, dan karyawan RA IT Ulil Albab Kecamatan Kamal Kabupaten Bangkalan yang sudah memberikan izin untuk melaksanakan penelitian.
10. Kepada Kepala Bakesbangpol Kabupaten Bangkalan, Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Bangkalan, dan Kepala Puskesmas Kamal yang sudah memberikan izin untuk melaksanakan penelitian.
11. Serta teman-teman yang telah membantu dalam proses penelitian.

Penulis berharap semoga laporn skripsi ini dapat bermanfaat bagi seluruh pihak, khususnya Pendidikan Anak Usia Dini. Penulisan skripsi ini sangat perlu kritikan dan saran agar menjadi lebih baik lagi.

Bangkalan, 17 Desember 2019

Penulis

Linda Khoiriyana
150651100071

DAFTAR ISI

Halaman Judul.....	i
Topik Penelitian	ii
Lembar Persetujuan.....	iii
Lembar pengesahan.....	iv
Surat Pernyataan.....	v
Motto	vi
Persembahan	vii
Abstrak	ix
Abstract	x
Kata Pengantar	xi
Daftar Isi.....	xiii
Daftar Gambar.....	xv
Daftar Tabel	xvi
Daftar Lampiran.....	xvii

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah	1
B. Fokus Penelitian	8
C. Rumusan Masalah	8
D. Kegunaan Penelitian.....	9

BAB II KAJIAN TEORITIK

A. Deskripsi Konseptual Fokus dan Sub Fokus Penelitian.....	11
1. Hakikat Anak Usia Dini	11
a. Pengertian Anak Usia Dini	11
b. Karakteristik Anak Usia Dini.....	12
c. Macam – macam Perkembangan	13
2. Sarapan.....	17
a. Pengertian Sarapan	17
b. Manfaat Sarapan	19

c. Faktor – faktor Mempengaruhi Sarapan Pagi	20
d. Faktor Penyusunan Menu	21
3. Gizi Seimbang	22
a. Pengertian Gizi Seimbang.....	22
b. Angka Kecukupan Gizi	24
c. Unsur – unsur Zat Gizi.....	25
B. Hasil Penelitian yang Relevan	30
C. Kerangka Berpikir.....	33

BAB III METODE PENELITIAN

A. Tujuan Penelitian	37
B. Tempat dan Waktu Penelitian	37
C. Latar Penelitian	37
D. Metode dan Prosedur Penelitian.....	38
E. Data dan Sumber Data	40
F. Teknik dan Prosedur Pengumpulan Data.....	42
G. Prosedur Analisi Data	46
H. Pemeriksaan Keabsahan Data	48

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Objek Penelitian	53
B. Hasil Penelitian dan Analisis Data	56
C. Pembahasan	79

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan	91
B. Saran	92

Daftar pustaka

Lampiran

DAFTAR GAMBAR

2.1 Kerangka Berfikir.....	33
3.1 Komponen Dalam Analisis Data.....	46

DAFTAR TABEL

2.1 Penelitian yang Relevan	30
3.1 Kisi- Kisi Observasi	43
3.2 Kisi- Kisi Wawancara	45
4.1 Identitas Subjek Penelitian.....	53
4.2 Rangkuman Hasil Penelitian	56
4.3 Rangkuman Menu	79

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Lembar Pedoman Observasi
- Lampiran 2. Lembar Pedoman Wawancara
- Lampiran 3. Keterangan Koding
- Lampiran 4. Catatan Lapangan Observasi
- Lampiran 5. Catatan Lapangan Wawancara
- Lampiran 6. Surat Pengantar Penelitian
- Lampiran 7. Surat Keterangan Penelitian
- Lampiran 8. Kesediaan Menjadi Informan
- Lampiran 9. Dokumentasi
- Lampiran 10. Daftar Menu Sarapan RA Ulil Albab
- Lampiran 11. Tabel Kandungan Gizi
- Lampiran 12. Angka Kecukupan Gizi (AKG)
- Lampiran 13. Riwayat Hidup