

**HUBUNGAN PENGETAHUAN ORANG TUA TENTANG GIZI SEIMBANG  
TERHADAP PEMBERIAN MENU MAKANAN SEHAT PADA ANAK**

SKRIPSI



**Oleh :**

Indi Diana Fakhriya

NIM. 200105110006

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN ISLAM ANAK USIA DINI  
FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM  
MALANG**

**2023**

**HUBUNGAN PENGETAHUAN ORANG TUA TENTANG GIZI SEIMBANG  
TERHADAP PEMBERIAN MENU MAKANAN SEHAT PADA ANAK**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada Fakultas Tarbiyah Universitas Islam Negeri Malang untuk  
Memenuhi Salah Satu Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Strata Satu  
Sarjana Pendidikan Islam Anak Usia Dini (S.Pd)



**Oleh :**

Indi Diana Fakhriya

NIM. 200105110006

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN ISLAM ANAK USIA DINI  
FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM  
MALANG**

**2023**

## LEMBAR PERSETUJUAN

Hubungan Pengetahuan Orang Tua Tentang Gizi Seimbang  
Terhadap Pemberian Menu Makanan Sehat Pada Anak

### SKRIPSI

Oleh

**INDI DIANA FAKHRIYA**

NIM : 200105110006

Telah Disetujui Pada Tanggal 24 April 2024

**Dosen Pembimbing,**



**Sandy Tegariyani Putri Santoso, M.Pd**  
**NIP. 198802142019032011**

## LEMBAR PENGESAHAN

Hubungan Pengetahuan Orang Tua Tentang Gizi Seimbang  
Terhadap Pemberian Menu Makanan Sehat pada Anak  
**SKRIPSI**

Oleh

**INDI DIANA FAKHRIYA**

NIM : 200105110006

Telah Dipertahankan di Depan Dewan Penguji  
Dan Dinyatakan Diterima Sebagai Salah Satu Persyaratan  
Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan Islam Anak Usia Dini (S.Pd)  
Pada 7 Mei 2024

Susunan Dewan Penguji:

1 Penguji Utama

**Bintoro Widodo, M.Kes**

NIP : 197604052008011018

2 Ketua Sidang

**Imro'atul Hayyu Erfantinni, M.Pd**

199203092023212049

3 Sekretaris Sidang

**Sandy Tegariyani Putri Santoso, M.Pd**

198802142019032011

Tanda Tangan



Disahkan Oleh:

Ketua Program Studi,



**Akhmad Mukhlis, MA**

**NIP. 198502012015031003**

## NOTA PEMBIMBING

NIM : 200105110006  
Nama : Indi Diana Fakhriya  
Fakultas : ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN  
Program Studi : Pendidikan Islam Anak Usia Dini  
Dosen Pembimbing : Sandy Tegariyani Putri Santoso, M.Pd  
Judul Skripsi : Hubungan Pengetahuan Orang Tua Tentang Gizi Seimbang Terhadap Pemberian Menu Makanan Sehat pada Anak

No	Tanggal	Deskripsi	Tahun Akademik	Status
1	24 Juli 2023	Peta konsep penelitian	Ganjil 2023/2024	Sudah Dikoreksi
2	2 September 2023	BAB 1 (latar belakang dan rumusan masalah)	Ganjil 2023/2024	Sudah Dikoreksi
3	5 September 2023	Hasil diskusi bimbingan 04 september 2023	Ganjil 2023/2024	Sudah Dikoreksi
4	12 September 2023	Revisi latar belakang	Ganjil 2023/2024	Sudah Dikoreksi
5	6 November 2023	Bab 2 dan 3	Ganjil 2023/2024	Sudah Dikoreksi
6	12 November 2023	proposal penelitian	Ganjil 2023/2024	Sudah Dikoreksi
7	19 Januari 2024	revisi seminar proposal	Genap 2023/2024	Sudah Dikoreksi
8	7 April 2024	ppt sempro	Genap 2023/2024	Sudah Dikoreksi
9	7 April 2024	ppt sempro	Genap 2023/2024	Sudah Dikoreksi
10	22 April 2024	final skripsi (-) foto diri pada biodata mahasiswa	Genap 2023/2024	Sudah Dikoreksi
11	23 April 2024	ada yang saya edit lagi bu	Genap 2023/2024	Sudah Dikoreksi
12	13 Mei 2024	revisi sidang	Genap 2023/2024	Belum Dikoreksi

Malang, 13 Mei 2024

Dosen Pembimbing



Sandy Tegariyani Putri Santoso, M.Pd

## PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Bismillahirrahmaanirrahiim

Saya yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : Indi Diana Fakhriya

NIM : 200105110006

Fakultas/Program Studi : Ilmu Tarbiyah dan Keguruan/ Pendidikan Islam Anak Usia Dini

Judul : Hubungan Pengetahuan Orang Tua Tentang Gizi Seimbang Terhadap Pemberian Menu Makanan Sehat pada Anak

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini merupakan hasil karya penulis yang diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh gelar Sarjana (S1) di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Semua sumber yang penulis gunakan dalam penulisan skripsi ini telah dicantumkan sesuai ketentuan atau pedoman karya tulis ilmiah.
3. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa skripsi ini sebagian maupun keseluruhan isinya merupakan karya plagiat, penulis bersedia menerima sanksi yang berlaku di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Malang, 28 Mei 2024  
Pembuat Pernyataan,



  
**Indi Diana Fakhriya**  
**NIM. 200105110006**

## KATA PENGANTAR

Alhamdulillah puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT karena berkat rahmat, kehendak, kekuatan, pertolongan dan hidayah-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Sholawat serta salam semoga senantiasa tercurah kepada baginda Rasulullah SAW, keluarga dan para sahabat yang telah memberikan penerangan bagi umat Islam.

Skripsi dengan judul **“Hubungan Pengetahuan Orang Tua Tentang Gizi Seimbang Terhadap Pemberian Menu Makanan Sehat pada Anak”** ini disusun untuk memenuhi syarat kelulusan serta untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang. Penulis menyadari bahwa dalam menyelesaikan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak. Oleh karena itu dengan tulus, penulis ingin menyampaikan iringan do'a dan ucapan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. H.M. Zainuddin, M. A selaku Bapak Rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Prof. Dr. H. Nur Ali, M. Pd selaku Bapak Dekan Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. Bapak Akhmad Mukhlis, S. Psi, M. A selaku Ketua Program Studi Pendidikan Islam Anak Usia Dini Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
4. Ibu Sandy Tegariyani Putri Santoso, M. Pd selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan arahan, bimbingan dan dukungan selama proses penyelesaian skripsi ini. Pembimbing yang sabar dalam mendampingi perjalanan penulisan tugas akhir saya, selalu memberikan masukan, saran dan motivasi yang sangat membantu dalam setiap tahap penulisan skripsi saya hingga selesai dengan baik.
5. Segenap dosen UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, terutama dosen Pendidikan Islam Anak Usia Dini, yang telah memberikan ilmunya dengan penuh kesabaran dan tanpa pamrih kepada penulis selama 4 tahun masa perkuliahan sehingga penulis mempunyai wawasan yang lebih dalam seputar

dunia pendidikan, khususnya anak usia dini. Semoga Allah SWT senantiasa melindungi dan memberkahi dengan kebaikan disetiap langkah beliau semua, serta memberikan kesejahteraan dan kebahagiaan.

6. Kepala sekolah serta jajaran ibu guru TK Islam Almaarif Singosari atas perizinan yang telah diberikan kepada penulis sehingga dapat melakukan penelitian di lapangan hingga tuntas dengan baik. Segala bentuk dukungan, motivasi, partisipasi, doa serta ilmu yang diberikan sangat membantu penulis selama masa penyelesaian skripsi.
7. Kedua orang tua tercinta, Bapak dan Ibu, yang selalu mengiringi langkah dan proses penulis dengan cinta kasih, doa, dukungan serta materi. Tanpa ketulusan dan pengorbanan keduanya, penulis tidak akan pernah mencapai titik ini. Terima kasih atas segala jerih payah, nasihat dan kepercayaan yang diberikan kepada penulis selama ini.
8. Diri sendiri, terima kasih atas ketekunan, kerja keras serta komitmen yang kuat untuk terus melangkah dan bertahan hingga berada di titik ini. Meskipun jalan yang dilalui berat dan penuh rintangan, terima kasih untuk tidak menyerah.
9. Lee Jen0, salah satu *member* NCT. Terima kasih atas inspirasi dan semangat yang diberikan melalui musik dan *update life*. Kehadiran Anda menjadi sebuah obat tersendiri bagi penulis saat lelah, penat dan kehilangan semangat. Ketekunan Lee Jen0 dalam berkarya memberikan motivasi untuk tidak menyerah.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang sifatnya membangun dari pembaca sehingga dapat menyempurnakan penulisan skripsi ini. Akhir kata, semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi berbagai pihak yang membutuhkan.

Malang, 03 Juni 2024



Penulis



## DAFTAR ISI

Halaman Judul.....	ii
Lembar Persetujuan.....	iii
Lembar Pengesahan .....	iv
Nota Pembimbing .....	v
Pernyataan Keaslian Tulisan .....	vi
Kata Pengantar .....	vii
Daftar Tabel.....	xi
Daftar Gambar.....	xii
Daftar Lampiran .....	xiii
Pedoman Transiterasi Arab Latin .....	xiv
Abstrak .....	xv
Abstract .....	xvi
المخلص .....	xvii
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Batasan Masalah.....	4
C. Rumusan Masalah .....	5
D. Tujuan Penelitian.....	5
E. Manfaat Hasil Penelitian .....	6
<b>BAB II KAJIAN TEORI .....</b>	<b>7</b>
A. Kajian Penelitian yang Relevan .....	7
B. Kajian Teori.....	9
C. Kerangka Konseptual .....	26
D. Hipotesis Penelitian.....	26
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>28</b>
A. Jenis dan Pendekatan Penelitian.....	28
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	28
C. Populasi dan Sampel Penelitian .....	29
D. Variabel Penelitian .....	30

E. Definisi Operasional.....	30
F. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data .....	32
G. Validitas dan Reliabilitas Instrumen .....	34
H. Teknik Analisis Data .....	36
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>41</b>
A. Deskripsi Hasil Penelitian .....	41
B. Pembahasan.....	53
C. Keterbatasan Penelitian .....	59
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>61</b>
A. Kesimpulan .....	61
B. Saran.....	62
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>64</b>
<b>LAMPIRAN</b>	

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel 2. 1</b> Anjuran Jumlah Porsi Usia 4-6 Tahun .....	15
<b>Tabel 2. 2</b> Hitungan Porsi Usia 4-6 Tahun.....	16
<b>Tabel 2. 3</b> Pesan Gizi Seimbang Anak Usia Dini .....	18
<b>Tabel 3. 1</b> Populasi.....	29
<b>Tabel 3. 2</b> Kisi-kisi Instrumen (pertanyaan) .....	32
<b>Tabel 3. 3</b> Kriteria Penilaian (pertanyaan).....	33
<b>Tabel 3. 4</b> Kisi-kisi Instrumen (pernyataan) .....	33
<b>Tabel 3. 5</b> Kriteria Penilaian (pernyataan).....	33
<b>Tabel 4. 1</b> Nilai Validitas Relevansi X.....	35
<b>Tabel 4. 2</b> Nilai Validitas Kejelasan X.....	35
<b>Tabel 4. 3</b> Nilai Validitas Relevansi Y .....	36
<b>Tabel 4. 4</b> Nilai Validitas Kejelasan Y .....	36
<b>Tabel 4. 5</b> Nilai Reliabilitas X .....	37
<b>Tabel 4. 6</b> Nilai Reliabilitas Y .....	38
<b>Tabel 4. 7</b> Hasil Korelasi Spearman .....	44

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar 2. 1</b> Tumpeng Gizi Seimbang .....	12
<b>Gambar 2. 2</b> Ilustrasi Isi Piringku.....	13
<b>Gambar 2. 3</b> Ilustrasi Isi Piringku Balita .....	14
<b>Gambar 2. 4</b> Contoh Porsi Sekali Makan Usia 2-5 Tahun.....	17
<b>Gambar 2. 5</b> Kerangka Konseptual Penelitian.....	26
<b>Gambar 4. 1</b> Diagram Karakteristik Jenis Kelamin.....	49
<b>Gambar 4. 2</b> Diagram Karakteristik Usia .....	50
<b>Gambar 4. 3</b> Diagram Karakteristik Pendidikan Terakhir .....	51
<b>Gambar 4. 4</b> Diagram Karakteristik Pekerjaan.....	52

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran 1 Surat Izin Survey dari Fakultas**
- Lampiran 2 Surat Izin Penelitian dari Fakultas**
- Lampiran 3 Surat Permohonan Validator 1**
- Lampiran 4 Surat Permohonan Validator 2**
- Lampiran 5 Surat Bukti Penelitian**
- Lampiran 6 Instrumen Validator 1**
- Lampiran 7 Instrumen Validator 2**
- Lampiran 8 Validitas Per Butir Variabel X (relevansi)**
- Lampiran 9 Validitas Per Butir Variabel X (kejelasan)**
- Lampiran 10 Validitas Per Butir Variabel Y (relevansi)**
- Lampiran 11 Validitas Per Butir Variabel Y (kejelasan)**
- Lampiran 12 Reliabilitas Per Butir Variabel Y**
- Lampiran 13 Reliabilitas Per Butir Variabel X**

## PEDOMAN TRANSITERASI ARAB LATIN

Penulisan transliterasi Arab-Latin dalam Skripsi ini menggunakan pedoman transliterasi berdasarkan keputusan bersama Menteri Agama RI dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan RI no. 158 tahun 1987 dan no. 0543 b/U/1987 yang secara garis besar dapat diuraikan sebagai berikut:

### A. Huruf

ا = a	ز = z	ق = q
ب = b	س = s	ك = k
ت = t	ش = sy	ل = l
ث = ts	ص = sh	م = m
ج = j	ض = dl	ن = n
ح = h	ط = th	و = w
خ = kh	ظ = zh	ه = h
د = d	ء = ,	ع = ,
ذ = dz	غ = gh	ي = y
ر = r	ف = f	

### B. Vokal Panjang

Vokal (a) panjang = â

Vokal (i) panjang = î

Vokal (u) panjang = û

### C. Vokal Diftong

وَأ = aw

يَأ = ay

وَأ = û

يَأ = î

## ABSTRAK

Fakhriya, Indi Diana. 2024. *Hubungan Pengetahuan Orang Tua Tentang Gizi Seimbang Terhadap Pemberian Menu Makanan Sehat pada Anak*. Skripsi, Program Studi Pendidikan Islam Anak Usia Dini, Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Pembimbing Skripsi: Sandy Tegariyani Putri Santoso, M. Pd.

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi hubungan antara pengetahuan orang tua tentang gizi seimbang dengan pemberian menu makanan sehat pada anak di TK Islam Almaarif. Pemilihan lokasi berdasarkan program 'Bekal Makanan Sehat' yang terlaksana di TK Islam Almaarif hanya mencapai 40% menurut data yang ada. Bekal anak yang tidak mencerminkan gizi seimbang cukup mengkhawatirkan pasalnya apa yang dikonsumsi anak hari ini akan terus berdampak pada tumbuh kembangnya. Faktor ekonomi, sosial, budaya menjadi beberapa faktor yang mempengaruhi pengetahuan gizi seimbang dan pemberian menu makanan sehat pada anak. Dengan menggunakan metode korelasional, data dikumpulkan melalui kuesioner dengan angka validitas instrumen 0,9 sedangkan reliabilitas mencapai angka 0,8 untuk menilai pengetahuan orang tua dan praktik pemberian makanan sehat. Analisis menggunakan korelasi *Spearman's Rank* karena data diukur dalam skala ordinal. Hasil penelitian menunjukkan angka  $0,95 > 0,05$  yang artinya tidak ada hubungan signifikan antara pengetahuan orang tua dan pemberian menu makanan sehat pada anak di TK Islam Almaarif. Angka hasil korelasi bernilai positif memaparkan hubungan kedua variabel searah dan nilai koefisien korelasi menunjukkan kekuatan hubungan yang sangat lemah dengan angka 0,6%. Terdapat 80 responden pada penelitian ini dengan hasil pengkategorian tingkat pengetahuan orang tua rata-rata berada pada kategori sedang yakni 55% dengan jumlah 44 responden dan sisanya pada kategori tinggi 45%. Meskipun begitu, untuk pemberian menu makanan sehat 65 responden yakni 81% berkategori baik dan 19% berkategori cukup. Maka dari itu penelitian ini menerima  $H_0$  dengan pernyataan tidak adanya hubungan antara pengetahuan orang tua tentang gizi seimbang dan pemberian menu makanan sehat pada anak.

**Kata Kunci:** Gizi Seimbang, Makanan Sehat, Anak Usia Dini, Penelitian Korelasional.

## ABSTRACT

Fakhriya, Indi Diana. 2024. *The Relationship between Parental Knowledge About Balanced Nutrition and Providing Healthy Food Menus to Children*. Thesis, Early Childhood Islamic Education Study Program, Faculty of Tarbiyah and Teacher Training, Maulana Malik Ibrahim State Islamic University Malang. Thesis Supervisor: Sandy Tegariyani Putri Santoso, M. Pd.

This study aims to explore the relationship between parents' knowledge about balanced nutrition and serving healthy food menus to children at the Almaarif Islamic Kindergarten. Location selection based on the 'Healthy Food Provisions' program implemented at the Almaarif Islamic Kindergarten only reached 40% according to existing data. Children's provisions that do not reflect adequate balanced nutrition mean that what children consume today will continue to have an impact on their growth and development. Economic, social and cultural factors are several factors that influence knowledge of balanced nutrition and providing healthy food menus to children. Using the correlational method, data was collected through a questionnaire with an instrument validity figure of 0.9 while reliability reached 0.8 to assess parental knowledge and healthy food feeding practices. The analysis uses Spearman's Rank correlation because the data is measured on an ordinal scale. The research results showed a figure of  $0.95 > 0.05$ , which means there is no significant relationship between parental knowledge and providing healthy food menus to children at the Almaarif Islamic Kindergarten. The positive correlation results show that the relationship between the two variables is in the same direction and the correlation coefficient value shows the strength of the relationship is very weak at 0.6%. There were 80 respondents in this study with the results of categorizing the level of parental knowledge on average being in the medium category, namely 55% with a total of 44 respondents and the remaining 45% in the high category. Even so, to serve a healthy food menu, 65 respondents, namely 81% were in the good category and 19% were in the fair category. Therefore, this study accepts  $H_0$  with the statement that there is no relationship between parents' knowledge about balanced nutrition and providing healthy food menus to children.

**Keywords:** Balanced Nutrition, Healthy Food, Early Childhood, Correlational Research.



## المخلص

فخرية، إندي ديانا. ٢٠٢٤. *علاقة معرفة الآباء بالتغذية المتوازنة مع تقديم قائمة طعام صحية للأطفال*. رسالة جامعية، برنامج تعليم الأطفال في الإسلام، كلية التربية والتعليم، جامعة الإسلامية الحكومية مولانا مالك إبراهيم مالانج. مشرف الرسالة: ساندي تيغارياني بوتري سانتوسو، م. بد.

تهدف هذه الدراسة إلى استكشاف العلاقة بين معرفة الوالدين بالتغذية المتوازنة وتقديم قوائم الطعام الصحية للأطفال في روضة المعارف الإسلامية. وقد وصلت نسبة اختيار الموقع بناءً على برنامج "توفير الغذاء الصحي" المطبق في روضة المعارف الإسلامية إلى 40% فقط وفقاً للبيانات الموجودة. إن الأحكام المخصصة للأطفال التي لا تعكس التغذية المتوازنة الكافية تعني أن ما يستهلكه الأطفال اليوم سيؤثر على نموهم وتطورهم. العوامل الاقتصادية والاجتماعية والثقافية عدة عوامل تؤثر في معرفة التغذية المتوازنة وتقديم قوائم الطعام الصحية للأطفال. وباستخدام الطريقة الارتباطية، تم جمع البيانات من خلال استبيان برقم صلاحية الأداة 0.9 بينما وصلت الموثوقية إلى 0.8 لتقييم معرفة الوالدين وممارسات التغذية الغذائية الصحية. يستخدم التحليل ارتباط رتبة سبيرمان لأنه يتم قياس البيانات على مقياس ترتيبي. وأظهرت نتائج البحث رقم  $0.05 < 0.95$ ، مما يعني عدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين معرفة الوالدين وتوفير قوائم الطعام الصحية للأطفال في روضة المعارف الإسلامية. وأظهرت نتائج الارتباط الموجبة أن العلاقة بين المتغيرين في نفس الاتجاه، كما أظهرت قيمة معامل الارتباط أن قوة العلاقة ضعيفة جداً عند 0.6%. كان هناك 80 مشاركاً في هذه الدراسة وكانت نتائج تصنيف مستوى المعرفة الوالدية في المتوسط في الفئة المتوسطة، أي 55% بإجمالي 44 مستجيباً والباقي 45% في الفئة العالية. ومع ذلك، لتقديم قائمة طعام صحية، كان 65 مشاركاً، أي 81% منهم في الفئة الجيدة و19% في الفئة العادلة. ولذلك تقبل هذه الدراسة  $H_0$  مع القول بأنه لا توجد علاقة بين معرفة الوالدين بالتغذية المتوازنة وتقديم قوائم غذائية صحية للأطفال.

**الكلمات الرئيسية:** التغذية المتوازنة، الغذاء الصحي، الأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة، البحث الاستدلالي

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Penting untuk mengenalkan gizi seimbang pada anak sejak dini agar anak tumbuh dengan rasa tanggung jawab dalam menjaga serta menyayangi tubuhnya melalui konsumsi makanan sehat. Mengingat bahwa masalah gizi masih menjadi tantangan yang belum terselesaikan. Indonesia sendiri masih mempunyai masalah gizi pada anak-anak diantaranya *stunting* (pendek), *wasting* (kurus), *underweight* (gizi kurang) dan *overweight* (obesitas). Masalah-masalah tersebut masih menjadi persoalan penting yang dihadapi Indonesia dari tahun ke tahun. Data dari hasil Survey Status Gizi Indonesia (SSGI) Kementerian Kesehatan 2022 menunjukkan angka yang mengkhawatirkan, di mana prevalensi masing-masing masalah mencapai angka 21,6% untuk *stunting*, 17,1% untuk *underweight*, 7,7% untuk *wasting* dan 3,5% untuk *overweight* (Munira, 2023). Tampak bahwa *stunting* dan *underweight* memiliki persentase lebih besar dari permasalahan gizi lainnya. Hal ini mengindikasikan adanya ketidakseimbangan gizi dalam pola makan sehari-hari anak-anak.

Memperkenalkan konsep gizi pada anak memerlukan upaya dan keterlibatan agar mereka dapat terbiasa dan merasa senang mengonsumsi makanan sehat. Keterlibatan paling dekat dengan anak tentunya ialah orang tua, terutama Ibu yang paling besar andilnya dalam memenuhi asupan makanan keluarga. Pengetahuan serta pemahaman orang tua

tentang gizi seimbang menjadi dasar sebelum memperkenalkan pada anak tentang konsep gizi dan membiasakan konsumsi makanan sehat. Tidak hanya berbekal pengetahuan, namun juga ditunjukkan melalui keyakinan serta perilaku orang tua dalam membentuk pola makan untuk anak. Pembiasaan pola makan juga termasuk dalam usaha mengenalkan konsep gizi pada anak-anak.

Zaman ini, banyak *influencer* yang memiliki anak usia dini membuat konten memasak bekal untuk anak sesuai dengan konsep "isi piringku" yang digalakkan oleh Kementerian Kesehatan (Kemenkes) yang sangat memperhitungkan kalori serta nutrisi pada tiap-tiap menu yang sesuai dengan kebutuhan serta usia anak. Konten tersebut berhasil menarik perhatian banyak orang tua untuk terlibat dalam menciptakan variasi bekal sekolah anak, sehingga semakin meningkatkan kesadaran akan pentingnya pola makan sehat. Namun banyak pula orang tua yang memberikan komentar pada konten yang dibagikan oleh *influencer*, bahwasanya mereka menilai hal tersebut sangat ribet dan tidak efisien untuk diterapkan. Hal dasar inilah yang justru masih menjadi permasalahan. Hasil penelitian Hastuti dkk., pada tahun 2021 menunjukkan masih terdapat kekurangan dalam pengetahuan maupun pemahaman orang tua seputar kebutuhan gizi yang meliputi kalori, protein, lemak, vitamin, mineral dan air. Akibatnya, menu masakan yang sehari-hari disajikan pada anak belum memenuhi standar gizi yang seimbang. Dalam penelitian tersebut, terdapat 30 responden, dengan kualifikasi 20 responden perempuan berusia 25-35

tahun dan 10 responden anak usia 1-6 tahun. Peneliti melaksanakan penelitian dengan cara analisis pengetahuan tentang gizi seimbang melalui penyuluhan dan menarik kesimpulan dari perbedaan pengetahuan peserta sebelum dan sesudah penyuluhan dilaksanakan (Hastuti dkk., 2021).

Penelitian lain menunjukkan hasil yang berbeda, penelitian oleh Maulani dkk., yang dilaksanakan pada tahun 2021 mengatakan umumnya orang tua siswa memiliki pemahaman yang sama rata tentang gizi seimbang, tetapi belum mampu membentuk perilaku yang memenuhi standar pemberian nutrisi yang seimbang untuk anak. Penelitian yang melibatkan 20 responden dengan metode survei dan pengambilan data melalui angket yakni orang tua siswa pada lembaga yang menjadi tempat penelitian. Menarik kesimpulan mengenai beberapa faktor seperti kebiasaan makan, pengetahuan gizi yang diterapkan secara tidak seimbang dan pemilihan makanan yang disesuaikan dengan keadaan material dan immaterial orang tua masing-masing siswa, mempengaruhi pemahaman orang tua tentang gizi seimbang (Maulani dkk., 2021).

Dibandingkan dengan penelitian sebelumnya, penelitian ini lebih berfokus pada hubungan dua aspek: tingkat pengetahuan orang tua tentang gizi seimbang dan perhatian mereka pada penerapan pengetahuan tersebut pada kebiasaan makan sehari-hari anak. Apakah penerapan selalu sejalan dengan pengetahuan yang dimiliki? Observasi awal peneliti mengamati bahwa setiap makan siang bersama guru kelas mendokumentasikan anak-anak yang membawa bekal makanan sehat dan menjadi bahan evaluasi

dengan orang tua siswa. Dengan artian, TK Islam Almaarif Singosari memiliki program bekal makanan sehat setiap hari untuk anak agar diterapkan oleh orang tua. Namun, peneliti melihat pemberian menu bekal anak sehari-hari di TK Islam Almaarif Singosari bervariasi dan didominasi oleh siswa yang membawa bekal makanan siap saji atau *snack*. Contohnya antara lain makaroni pedas, mie instan, sosis, makanan ringan bermacam-macam dan lain sebagainya. Atau mereka hanya diberi beberapa lembar uang untuk membeli jajan yang mereka sukai dan di TK Almaarif Singosari sendiri memiliki semacam koperasi yang menjual bermacam-macam *snack* untuk anak. Sementara apa yang dikonsumsi anak hari ini akan terus berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan mereka di masa depan. Maka dari itu, pentingnya penelitian ini dilakukan sebagai upaya untuk memahami faktor-faktor yang melatarbelakangi permasalahan tersebut.

Program yang tidak berjalan dengan maksimal membuat peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai pengetahuan orang tua tentang gizi seimbang serta faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan dan kebiasaan orang tua dalam membentuk pola makan anak. Maka dari itu peneliti melaksanakan penelitian dengan judul "Hubungan Pengetahuan Orang Tua tentang Gizi Seimbang Terhadap Pemberian Menu Makanan Sehat Pada Anak".

## **B. Batasan Masalah**

Penelitian ini terbatas pada lokasi tertentu, yang merupakan representasi khusus dari fenomena yang diteliti. Namun, perlu diketahui

bahwa hasil dan temuan yang diperoleh dari lokasi ini mungkin tidak dapat secara langsung digeneralisasikan ke populasi yang lebih luas. Faktor lingkungan dan budaya yang unik dari lokasi ini dapat mempengaruhi temuan penelitian secara signifikan dan perlu diingat untuk tidak menggeneralisasi temuan penelitian secara berlebihan.

### **C. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan sebelumnya, menghasilkan rumusan masalah diantaranya:

1. Apakah ada hubungan antara pengetahuan orang tua tentang gizi seimbang dengan pemberian menu makanan sehat pada anak?
2. Bagaimana kekuatan hubungan antara pengetahuan orang tua tentang gizi seimbang dengan pemberian menu makanan sehat pada anak?
3. Bagaimana arah hubungan antara pengetahuan orang tua tentang gizi seimbang dengan pemberian menu makanan sehat pada anak?

### **D. Tujuan Penelitian**

1. Untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan orang tua tentang gizi seimbang dengan pemberian menu makanan sehat pada anak.
2. Untuk mengetahui kekuatan hubungan antara pengetahuan orang tua tentang gizi seimbang dengan pemberian menu makanan sehat pada anak.
3. Untuk mengetahui arah hubungan antara pengetahuan orang tua tentang gizi seimbang dengan pemberian menu makanan sehat pada anak.

## **E. Manfaat Hasil Penelitian**

Manfaat yang diharapkan peneliti agar tercapai yaitu sebagai berikut.

### 1. Manfaat Teoritis

Harapannya, hasil penelitian ini dapat menjadi pedoman atau referensi untuk penelitian-penelitian selanjutnya terutama pada bidang Pendidikan Anak Usia Dini dengan pembahasan gizi seimbang.

### 2. Manfaat Praktis

Harapannya, hasil penelitian ini dapat menjadi pondasi atau data awal misal diselenggarakannya sebuah pelatihan, seminar atau lainnya dengan tema yang sama dan sesuai dengan penelitian ini.

## **BAB II**

### **KAJIAN TEORI**

#### **A. Kajian Penelitian yang Relevan**

Penelitian oleh Siti Maulani, Fanny Rizkiyani, Dianti Yunia Sari dengan judul "Pemahaman Orang Tua Mengenai Gizi Seimbang Pada Anak Usia 4-5 Tahun" tahun 2021. Penelitian ini dilakukan dengan metode survey dan alat bantu angket. Dengan mengambil sampel dari orang tua yang memiliki anak di TKA Nurul Huda Pangalengan-Bandung pada kelompok A. Temuan penelitian menunjukkan bahwa orang tua siswa seringkali memiliki pendapat serupa mengenai pola makan seimbang. Persepsi masyarakat terhadap pengendalian perilaku konsumsi gizi seimbang dipengaruhi oleh kebiasaan makan dan pilihan makanan yang disesuaikan dengan keadaan dan kondisi tertentu. Pengetahuan mereka mengenai gizi seimbang mencerminkan sikap terhadap perilaku konsumsi gizi seimbang yang belum sepenuhnya terwujud.

Penelitian dengan judul "Meningkatkan Pengetahuan Gizi Seimbang untuk Anak 1-6 Tahun Melalui Penyuluhan pada Orang Tua" oleh Eka Puji Hastuti, Ria Setiasari dan Liana Oktariani tahun 2021. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif untuk menganalisis tingkat pengetahuan para orang tua tentang konsep gizi seimbang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa orang tua masih memiliki tingkat kesadaran dan pemahaman yang rendah terhadap pentingnya pola makan seimbang yang mencakup air, kalori, protein, lemak, vitamin dan mineral. Oleh karena itu,



menu makanan yang biasanya diberikan kepada anak tidak mengikuti pedoman gizi seimbang.

Penelitian dengan judul "Peran Guru dan Orang Tua dalam Pembiasaan Makan Makanan Sehat pada Anak Usia Dini" yang dilakukan oleh Tri Endang Jatmikowati, Kristi Nuraini, Gyah Retno Winarti dan Asti Bhawika Adwitiya pada tahun 2023 terhadap siswa kelompok B3 TK ABA 4 Mangli, Kaliwates Kabupaten Jember. Metode pengumpulan data dilakukan melalui observasi dan wawancara. Informasi yang dikumpulkan berbentuk laporan aktivitas siswa dan hasil wawancara orang tua dan guru. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa menu makan siang siswa bervariasi, ada yang membawa *junk food* dan ada pula yang menyediakan pilihan makanan yang lebih beragam dan menyehatkan. Dalam upaya meningkatkan pemahaman anak, orang tua dan guru dapat membantu siswa menyesuaikan diri dengan pola makan yang sehat dan seimbang dengan menawarkan menu sehari-hari dan materi sekolah.

Penelitian yang dilakukan oleh Aida Ayu Fitriana dengan judul "Pemahaman Orang Tua Mengenai Gizi Anak" pada tahun 2020 dengan metode deskriptif kuantitatif. Penelitian ini dilakukan di Desa Klempun Kecamatan Ngraho Kabupaten Bojonegoro. Data dikumpulkan melalui penggunaan kuesioner dan sesi wawancara yang melibatkan orang tua yang memiliki anak di jenjang PAUD. Mengacu pada hasil penelitian dan interpretasi data kuesioner, dapat disimpulkan wawasan orang tua tentang gizi di Pos PAUD Tangkas Desa Klempun Kecamatan Ngraho Kabupaten

Bojonegoro beragam tergantung pada sub variabel yang diajukan. Sebanyak 50% dari 20 responden yang dievaluasi memiliki pemahaman mengenai gizi yang berada pada kisaran sedang. Jumlah tersebut mewakili mayoritas orang tua. Fokus utamanya adalah betapa pentingnya orang tua menyadari kebutuhan nutrisi anak. Hal ini mencakup mengetahui manfaat makan buah dan sayur, kebutuhan gizi hariannya, pentingnya gizi seimbang, dampak tidak makan buah dan sayur pada anak, serta cara agar anak gemar mengkonsumsinya. Demi kepentingan anak-anaknya, peneliti berharap para orang tua dapat terus belajar dan mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam tentang nutrisi.

Penelitian dengan judul "Hubungan Pengetahuan dan Pendidikan Ibu Terhadap Status Gizi Balita" oleh Nurmaliza dan Sara Herlina pada tahun 2019. Hasil penelitian ini yaitu ada hubungan antara pengetahuan dan pendidikan terhadap status gizi balita. Berdasarkan analisis univariat, sebagian besar ibu berpendidikan tinggi, sebagian besar ibu berpengetahuan baik, dan sebagian besar balita dalam kondisi gizi baik. Sementara itu, hubungan antara kondisi gizi balita dengan pemahaman dan pendidikan ibu diketahui melalui analisis bivariat dengan menggunakan *uji chi-square*.

## **B. Kajian Teori**

### **1. Gizi Seimbang**

Memberi tubuh asupan nutrisi secara teratur dalam jenis dan jumlah yang tepat dan memenuhi kebutuhannya dikenal sebagai gizi seimbang (Tadale dkk., 2020). Kementerian Kesehatan dalam buku

Pedoman Gizi Seimbang memaparkan definisi gizi seimbang merujuk pada pola makan yang mencakup semua nutrisi yang dibutuhkan tubuh dalam rencana makan sehari-hari dengan tetap memperhatikan prinsip keragaman pola makan, tingkat aktivitas fisik, praktik kebersihan, dan pemantauan berat badan secara teratur untuk menjaga berat badan ideal dan menghindari masalah kesehatan (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2014).

Beberapa teori diatas dapat disimpulkan bahwa gizi seimbang memenuhi kebutuhan pangan harian yang beraneka ragam dan mengandung zat nutrisi kemudian disesuaikan dengan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh berdasarkan usia, aktivitas fisik dan lain sebagainya. Kementerian Kesehatan menciptakan prinsip gizi seimbang yang membawa inovasi dari 4 sehat 5 sempurna.

#### **a. Prinsip Gizi Seimbang**

Kementerian Kesehatan mengungkapkan konsep 4 sehat 5 sempurna tidak bisa mengikuti perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi (IPTEK) terkini di bidang gizi., selain itu juga tidak lagi relevan dengan masalah dan tantangan yang dihadapi saat ini (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2014). Prinsip gizi seimbang yang kini diterapkan terdiri dari 4 (empat) pilar, diantaranya:

- a) Mengonsumsi makanan yang bervariasi. Tidak satupun makanan didunia ini yang mengandung seluruh jenis zat

gizi kecuali Air Susu Ibu (ASI). ASI pun menjadi makanan tunggal pada bayi yang baru lahir hingga setengah tahun. Mencoba variasi makanan juga perlu memperhatikan jumlah dan porsi sesuai dengan kebutuhan tubuh. Perlu untuk memperhitungkan proporsi setiap kelompok sesuai kebutuhan seharusnya, tidak berlebihan maupun tidak kurang.

- b) Membiasakan tata cara hidup bersih. Tata cara hidup bersih saling berhubungan dengan konsumsi nutrisi. Jika tidak menerapkan perilaku hidup bersih, maka tubuh akan mudah terserang penyakit. Saat tubuh terserang penyakit, tubuh membutuhkan nutrisi tambahan untuk peningkatan metabolisme.
- c) Melakukan aktivitas fisik. Beraktifitas tentu memerlukan energi yang didapat dari pemasukan zat gizi ke dalam tubuh. Aktivitas fisik berperan menyeimbangkan zat gizi yang masuk ke dalam dan keluar dari tubuh.
- d) Memeriksa berat badan secara teratur bertujuan untuk menjaga agar berat badan tetap dalam kisaran normal. Berat badan merupakan indikator keseimbangan zat gizi dalam tubuh. Pemantauan berat badan dapat berpedoman pada indikator yang dipaparkan

Kementerian Kesehatan dalam buku Pedoman Gizi Seimbang (PGS) dengan sebutan Indeks Massa Tubuh (IMT).

Kementerian Kesehatan menuangkan Empat Pilar tersebut ke dalam ilustrasi "Tumpeng Gizi Seimbang" yang dapat dijadikan panduan konsumsi sehari-hari dan lebih mudah dimengerti. Pesan dalam ilustrasi Tumpeng Gizi Seimbang mewakili isi-isi yang dipaparkan dalam Empat Pilar prinsip gizi seimbang.

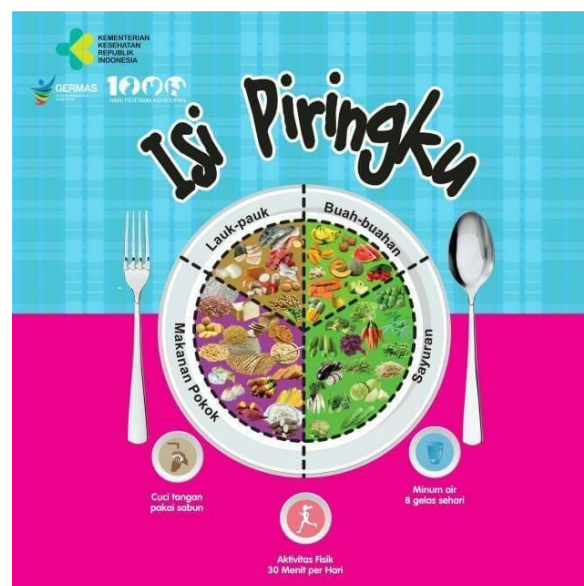


Gambar 2. 1 Tumpeng Gizi Seimbang

## b. Isi Piringku

Setelah ilustrasi Tumpeng Gizi Seimbang, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (KemenKes RI) menuangkan lagi

pada sebuah ilustrasi yang dikenal dengan sebutan "Isi Piringku" dengan isian yang lebih sederhana yaitu apa saja makanan yang dianjurkan dalam satu kali makan yang diisikan pada sebuah piring. Perbedaan dari ilustrasi Tumpeng Gizi Seimbang dengan Isi Piringku yaitu pada takarannya. Isi Piringku lebih akurat dalam memperkirakan kalori pada porsi sekali makan untuk berbagai kelompok usia.



**Gambar 2. 2** Ilustrasi Isi Piringku

Ilustrasi diatas menunjukkan unsur-unsur yang harus ada pada satu piring dalam satu kali makan. Diantaranya makanan pokok yang mengandung karbohidrat seperti nasi, olahan gandum dan lain sebagainya. Kemudian sayuran sebagai sumber protein nabati atau serat serta dapat menambah karbohidrat, lauk pauk dapat berupa protein hewani dan buah-buahan sebagai vitamin. Tak lupa KemenKes juga menekankan untuk minum air 8 gelas

sehari, beraktivitas fisik 30 menit perhari serta rajin cuci tangan dengan air bersih. Isi piringku mewakili jumlah harian yang direkomendasikan berupa buah-buahan dan sayur-sayuran dengan jumlah 50% serta makanan pokok dan lauk pauk 50%, jumlah ini mewakili konsep dasar makan sehat. Selain itu, Isi Piringku menyarankan agar porsi sayur lebih besar dibandingkan porsi buah dan porsi makanan pokok lebih besar daripada porsi lauk-pauk (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2014).

Energi yang dibutuhkan anak-anak tentu berbeda dengan orang dewasa. Maka dari itu KemenKes RI membuat ilustrasi untuk setiap kelompok usia, termasuk usia dini. Usia 4-6 tahun anak-anak sudah mulai memasuki jenjang TK/RA sederajat yang mana energi yang mereka butuhkan lebih besar dari sebelum mereka bersekolah. Terlebih pada usia tersebut anak-anak sedang aktif dan memiliki jiwa eksplorasi yang tinggi.



Gambar 2. 3 Ilustrasi Isi Piringku Balita

Kementerian Kesehatan menciptakan ilustrasi isi piringku khusus untuk anak balita yang kisaran usianya 0-5 tahun. Dari ilustrasi tersebut Kementerian Kesehatan memaparkan bahwa isi piring balita dalam satu kali makan ialah 30% lauk-pauk, 25% buah dan sayur, kemudian makanan pokok 35%. Kemudian cairan yang diperlukan anak sekitar 5-7 gelas belimbing perhari yang bisa dibagi pada setiap kali makan antara sebelum atau sesudah makan (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2014). Agar lebih mudah dipahami, buku Pedoman Gizi Seimbang menuangkan ilustrasi isi piringku dalam sebuah tabel yang menunjukkan total porsi yang disarankan sesuai dengan kebutuhan energi untuk berbagai rentang usia.

*Tabel 2. 1 Anjuran Jumlah Porsi Usia 4-6 Tahun*

Bahan Makanan	Anak usia 4-6 tahun (1600 kkal)
Nasi (karbohidrat)	4p
Sayuran	2p
Buah	3p
Tempe (protein nabati)	2p
Daging (protein hewani)	2p
Susu	1p
Minyak	4p
Gula	2p

*Keterangan.* p = porsi



Tabel 2. 2 Hitungan Porsi Usia 4-6 Tahun

Bahan	Ukuran	Total (dalam gr)	Total (dalam kkal)
Nasi (1 porsi)	$\frac{3}{4}$ gelas	100 gr	175 kkal
Sayuran (1 porsi)	1 gelas	100 gr	25 kkal
Buah (1 porsi)	1 buah pisang ambon	50 gr	50 kkal
Tempe (1 porsi)	2 potong sedang	50 gr	80 kkal
Daging (1 porsi)	1 potong sedang	35 gr	50 kkal
Ikan segar (1 porsi)	1/3 ekor	45 gr	50 kkal
Susu sapi cair (1 porsi)	1 gelas	200 gr	50 kkal
Susu rendah lemak (1 porsi)	4 sdm	20 gr	75 kkal
Minyak (1 porsi)	1 sdt	5 gr	50 kkal
Gula	1 sdm	20 gr	50 kkal

Keterangan. sdt = sendok teh, sdm = sendok makan

Porsi dalam setiap makan disesuaikan dengan kebutuhan harian. Yang terpenting melaksanakan anjuran KemenKes yang mengatakan bahwa porsi sayuran harus lebih besar dari porsi buah, dan porsi makanan pokok lebih besar dari porsi lauk-pauk. Saat ini banyak inspirasi menu makanan sekali makan yang menyesuaikan kebutuhan sesuai kelompok usia, mulai dari buku, poster, laman resmi Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, konten para *influencer* dan lain sebagainya.



Gambar 2. 4 Contoh Porsi Sekali Makan Usia 2-5 Tahun

Salah satu contoh yang diberikan oleh KemenKes porsi untuk setiap makan anak usia 2-5 tahun yaitu labu siam wortel (sayuran)  $\frac{1}{2}$  mangkok kecil=50gr, paha ayam (protein hewani) 50gr, garam  $\frac{1}{8}$  sendok teh=0,1gr, santan 5 sendok makan=50gr, tahu (protein nabati) 1 potong sedang=30gr, minyak 5gr, pepaya (buah) 2 potong kecil=75gr dan nasi putih (karbohidrat) 7 sendok makan=125gr. Poster tersebut juga membubuhkan prinsip makanan anak diantaranya cukup kandungan gizi, memperhatikan kebersihan dan cukup cairan (5-7 gelas

belimbing/hari). Selain itu adapun aturan pemberian makan yaitu 3-4 kali makan utama dan 1-2 kali makan selingan.

### c. Pesan Gizi Seimbang untuk Anak Usia Dini

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (KemenKes RI) menyelipkan pesan gizi seimbang untuk beberapa kelompok usia. Pesan gizi seimbang untuk anak usia dini sebagai berikut.

*Tabel 2. 3 Pesan Gizi Seimbang Anak Usia Dini*

NO.	Anak Usia 2-5 Tahun	Anak Usia 6-9 Tahun
1.	Untuk mencegah anak mengkonsumsi makanan buruk, disarankan untuk membiasakan mereka makan tiga kali sehari, yaitu sarapan, makan siang dan makan malam bersama keluarga.	Disarankan untuk menanamkan kebiasaan makan sehari tiga kali pada waktu pagi, siang dan malam bersama dengan keluarga. Kebutuhan nutrisi anak pada usia ini dapat dipenuhi dengan makanan utama sehari tiga kali, serta dengan makanan selingan yang sehat.
2.	Meningkatkan konsumsi makanan yang kaya protein..	Biasakan memakan ikan dan sumber protein lainnya sebagai bagian dari pola makan. Total protein hewani sekitar 30% dan nabati 70% sangat dianjurkan.
3.	Kembangkan kebiasaan untuk memperbanyak makan buah dan sayur karena tinggi nutrisi, serat, dan vitamin.	Perbanyak konsumsi buah dan sayuran. Disarankan untuk menyajikan lebih banyak sayuran daripada buah karena kandungan gula yang tinggi pada buah-buahan tertentu. Untuk memperoleh beragam sumber vitamin dan mineral, pastikan mengkonsumsi beragam buah dan sayur.
4.	Batasi konsumsi camilan yang manis atau asin atau berlemak berlebihan.	Usahakan membawa air dan perbekalan sehat dari rumah. Pastikan jumlah dan jenis makanan yang disajikan pada menu makan siang sekolah sesuai.

5.	Pastikan konsumsi air putih sesuai kebutuhan. Lebih baik bagi anak-anak untuk menghindari minuman yang terlalu manis atau minuman soda karena didalamnya terdapat kadar gula yang tinggi. Untuk mencukupi kebutuhan cairan harian, disiplin kanlah anak-anak untuk minum air sebanyak 1200-1500 ml/hari.	Batasilah konsumsi makanan instan atau <i>fast food</i> , jajanan dan camilan yang terlalu manis, asin atau berlemak.
6.	Usahakan untuk suka bermain bersama orang sekitar dan melakukan kegiatan fisik setiap hari	Biasakan menggosok gigi setidaknya dua kali dalam sehari, yaitu saat setelah sarapan dan sebelum tidur.
7.		Jauhi asap rokok.

KemenKes dalam pesan gizi seimbang menekankan untuk membiasakan anak-anak sarapan. Sebanyak 47,7% dari 25.000 anak di 34 provinsi berusia 6 hingga 12 tahun berdasarkan Survei Diet Total (SDT) yang dilakukan oleh Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan tahun 2020 tidak memenuhi anjuran asupan energi harian untuk sarapan. Faktanya, 66,8% anak-anak mendapatkan sarapan yang kurang bergizi atau tidak memenuhi kebutuhan vitamin dan mineral mereka (Napitupulu, 2022). Padahal anak-anak membutuhkan kurang lebih 1.600 kalori perhari untuk beraktivitas terutama saat sekolah. Jika tidak biasa sarapan maka anak-anak kehilangan energi yang seharusnya mereka dapatkan dari menu sarapan. Untuk makan siang sangat dianjurkan membawa bekal dari rumah berupa makanan dan air putih. Dalam membawakan bekal

anak pun tidak boleh sembarangan. Selain memenuhi kebutuhan pangan, kontribusi membawa bekal ke sekolah juga penting sebagai alat pendidikan gizi bagi anak, khususnya bagi orang tua dari anak-anak tersebut (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2014). Pembiasaan membawa bekal dengan menu makanan sehat pada anak termasuk dalam memberi pendidikan gizi pada anak. Guru juga dianjurkan untuk cek berkala bekal yang dibawa anak dari orang tua mereka.

Menyadari bahwa pembiasaan konsumsi makanan sehat masuk dalam pendidikan gizi untuk anak, maka tidak menolak realitas bahwa penting bagi orang tua untuk memiliki pemahaman yang memadai tentang gizi agar dapat diimplementasikan pada anak. Disebutkan oleh Mubarak dalam Pariati & Jumriani tahun 2020, pengetahuan seseorang dipengaruhi oleh tujuh faktor yaitu informasi, lingkungan, umur, hobi, pengalaman, dan pekerjaan (Pariati & Jumriani, 2020). Jenis kelamin juga berpengaruh pada pengetahuan seseorang (Widyaningrum dkk., 2021). Setiap faktor tersebut secara langsung berkorelasi dengan tingkat pengetahuan orang tua. Mengingat bahwa setiap individu memiliki latar belakang serta karakteristik yang berbeda dan hal tersebut berpengaruh pada pengetahuan mereka. Tidak terkecuali pengetahuan orang tua seputar gizi seimbang yang tentunya dipengaruhi pula oleh faktor-faktor tersebut. Selain faktor yang *general*, disebutkan lebih spesifik oleh Maulani, dkk. pada tahun 2021

kebiasaan makan, informasi gizi yang tidak diimbangi dengan praktik, dan pilihan makanan yang disesuaikan dengan keadaan materi maupun non materi orang tua merupakan unsur-unsur yang mempengaruhi pemahaman orang tua terhadap gizi seimbang (Maulani dkk., 2021). Maka dari itu, pengetahuan orang tua tentang gizi seimbang tidak bisa disamakan karena banyak faktor yang berpengaruh di baliknya.

## **2. Makanan Sehat**

Makanan bergizi seimbang menjamin tubuh mendapatkan semua nutrisi yang dibutuhkan dan memberikan efek menguntungkan bagi tubuh dan pikiran. Hal tersebut merupakan unsur dari makanan sehat (Deolika dkk., 2019). Dipaparkan lebih jelas oleh Erminawati dalam bukunya yang berjudul Makanan Sehat bahwa makanan yang memberikan keseimbangan nutrisi, seperti karbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan mineral, disebut makanan sehat (Erminawati, 2019). Selain mengandung zat-zat gizi, makanan sehat juga memiliki syarat yang dijelaskan dalam buku bahan ajar dengan judul 'Keterlibatan Orang Tua dalam Pemberian Makanan Sehat bagi Anak Sekolah' oleh Balai Pengembangan PAUD dan Dikmas Daerah Istimewa Yogyakarta bahwa makanan yang dianggap sehat adalah tidak selalu harus mahal atau enak, tetapi harus higienis, kaya akan gizi dan mencukupi. Selain itu juga mengandung zat nutrisi penting yang dibutuhkan tubuh (Balai Pengembangan PAUD dan Dikmas, 2017).

Zat-zat gizi yang menjadikan makanan disebut makanan sehat diantaranya protein, kalori, lemak, mineral, vitamin dan air. Masing-masing dari zat gizi memiliki peran masing-masing untuk tubuh. Tidak ada satupun makanan yang mengandung semua zat gizi tersebut, maka dari itu KemenKes RI memasukkan poin 'mengonsumsi anekaragam pangan'. Namun pembahasan makanan sehat tidak berhenti pada kandungannya saja, tetapi juga pemilihan bahan-bahan yang nantinya akan diolah menjadi makanan.

Makanan dapat dikatakan sehat juga tergantung pada pemilihan bahan makanan serta cara mengolahnya. Pemilihan bahan makanan untuk diolah menjadi hal yang perlu diperhatikan karena meskipun sehat tapi jika tidak layak olah atau tidak tampak segar juga berbeda kandungan zat gizinya dengan bahan makanan yang tampak segar. Selain itu, cara mengolah makanan memengaruhi zat gizi yang terkandung dalam makanan tersebut. Beberapa cara mengolah makanan yang umum dilakukan diantaranya menggoreng, membakar, memanggang, menumis, merebus, mengukus dan yang sedang tren saat ini yaitu menggunakan *microwave*. Kemenkes juga membahas tentang pengolahan makanan dan pengaruhnya terhadap gizi makanan dalam salah satu artikel di laman *website* resmi mereka [hellosehat.com](http://hellosehat.com) dengan judul "Cara Memasak Ternyata Memengaruhi Gizi Makanan".

**a. Menggoreng**

Cara memasak dengan menggoreng paling disukai karena mudah, efektif dan membuat rasa makanan lebih gurih dan enak. Namun ternyata tidak semua makanan dapat digoreng. Menggoreng makanan dapat meningkatkan jumlah lemak pada makanan. Hal tersebut tidak baik untuk kesehatan dan perlu dibatasi atau bahkan dihindari oleh beberapa penyakit. Untuk menggoreng makanan, disarankan agar tidak menggoreng terlalu lama, menggunakan api dengan intensitas sedang dan memilih minyak goreng yang sehat (Puji, 2022).

**b. Membakar**

Memasak makanan pada suhu tinggi menyebabkan pembentukan bahan kimia seperti amina heterosiklik (HCA), yang berpotensi menyebabkan kanker (Puji, 2022). Menggunakan metode memasak dengan cara membakar tidak selalu menjadi masalah, namun penting untuk memperhatikan agar tidak terlalu sering dan lebih baik mencegah agar tidak terlalu gosong saat memasak.

**c. Memanggang**

Memanggang disebut lebih baik daripada menggoreng. Namun KemenKes menjelaskan misal daging yang dipanggang, maka 40% dari vitamin B dan mineral akan hilang (Puji, 2022).



**d. Menumis**

Menumis dipandang menjadi cara memasak paling sehat diantara lainnya. Hanya membutuhkan waktu yang sebentar dan minyak yang sedikit. Namun tetap dianjurkan menggunakan minyak yang sehat.

**e. Merebus**

Merebus terlalu lama akan menghilangkan 50% atau lebih kandungan vitamin C pada sayuran (Puji, 2022). Contoh sayuran seperti selada, bayam, brokoli dan lain sebagainya.

**f. Mengukus**

Cara mengukus menjadi cara terbaik untuk tetap menjaga nutrisi dan vitamin. Pada saat proses pengukusan, disarankan agar sayuran tetap terlihat segar dan tetap memiliki tekstur yang renyah ketika digigit (Puji, 2022). Yang mana artinya jangan terlalu lama mengukus.

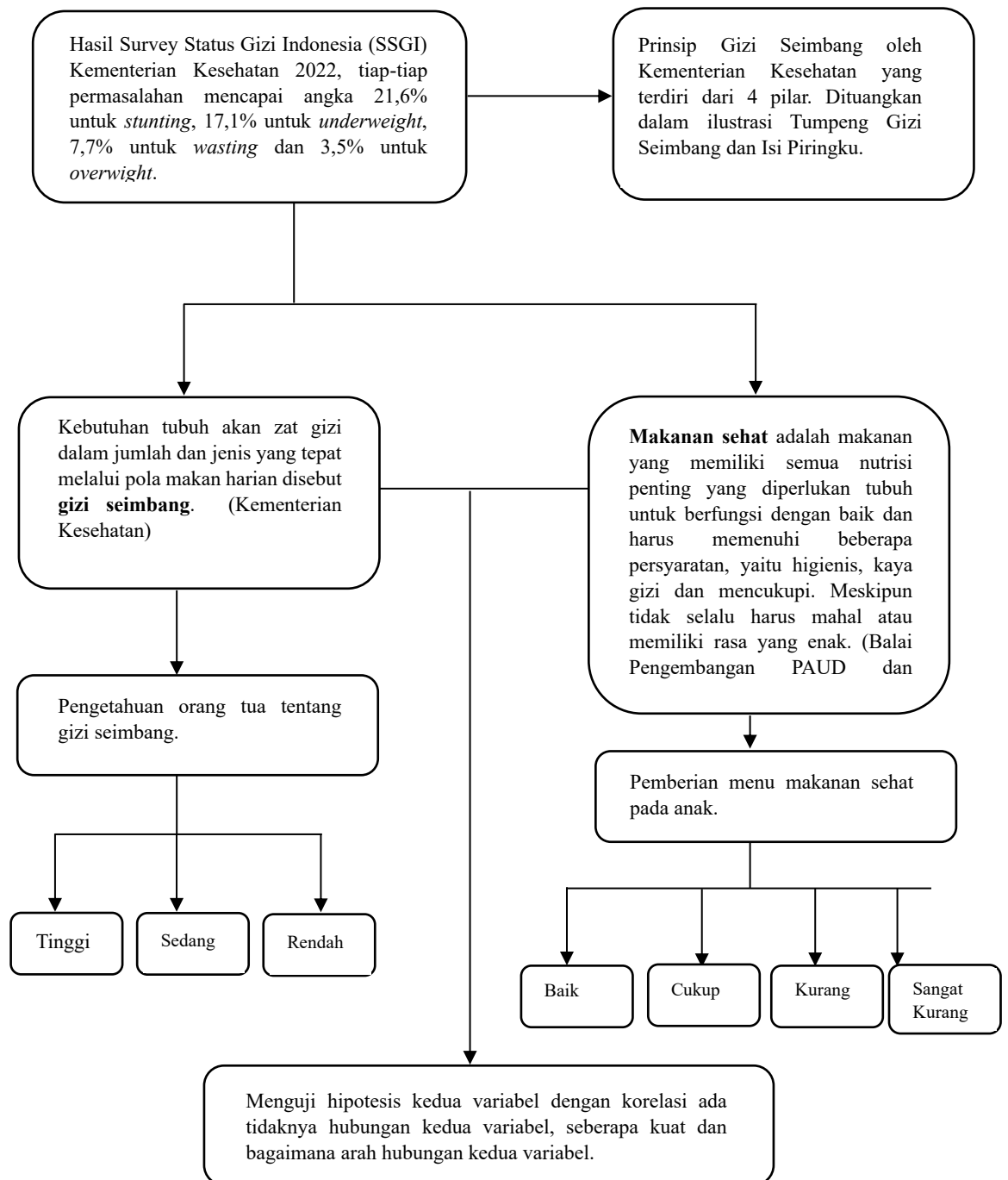
**g. Menggunakan *Microwave***

Cara mengolah makanan yang sedang tren dan menghemat waktu yaitu menggunakan *microwave*. Bahkan para *influencer* masa kini juga menyarankan penggunaan *microwave*. Yang perlu diperhatikan dalam cara ini yaitu wadah makanan yang digunakan, terutama bahan plastik perlu dihindari.

Selain pembahasan pengolahan makanan, KemenKes menekankan beberapa kebiasaan yang sering dilakukan untuk segera

dihindari diantaranya; hindari memotong sayuran terlalu awal sebelum dimasak (jarak memotong dan memasak yang terlalu lama bisa merusak nilai gizi makanan), menghangatkan kembali makanan jangan terlalu sering karena dapat menghilangkan banyak zat gizi, perhatikan cara memilih bagian makanan yang dikonsumsi (Puji, 2022).

### C. Kerangka Konseptual



Gambar 2. 5 Kerangka Konseptual Penelitian

### D. Hipotesis Penelitian

Dugaan atau jawaban sementara terhadap masalah penelitian yang kebenarannya masih harus diuji secara empiris merupakan penjabaran dari

hipotesis. Berdasarkan rumusan masalah, maka dirumuskan hipotesis sebagai berikut.

1. Adanya hubungan antara pengetahuan orang tua tentang gizi seimbang dan pemberian menu makanan sehat pada anak. ( $H_1$ )
2. Tidak adanya hubungan antara pengetahuan orang tua tentang gizi seimbang dan pemberian menu makanan sehat pada anak. ( $H_0$ )

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Jenis dan Pendekatan Penelitian**

Sesuai dengan judul, latar belakang masalah dan tujuan penelitian, maka jenis dan pendekatan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kuantitatif korelasional. Penelitian korelasional dilakukan peneliti untuk mengetahui kuat lemahnya hubungan variabel yang diteliti. Seperti yang diungkapkan Gay dalam Sukardi tahun 2021, *Data collection for correlational research is necessary to determine whether and how strong the relationship between two or more measured variables is* (Sukardi, 2021). Dalam penelitian korelasi, data dikumpulkan untuk memastikan apakah dua variabel atau lebih saling berhubungan, serta untuk mengukur kekuatan dan arah hubungan antara variabel yang diteliti. Dikarenakan penelitian bertujuan untuk mengetahui hubungan, kekuatan dan arah hubungan antara dua variabel, yakni "Pengetahuan Orang Tua Tentang Gizi Seimbang" dan "Pemberian Menu Makanan Sehat pada Anak", bukan untuk menetapkan pengaruh maupun sebab akibat, maka penelitian korelasional tepat untuk menjawab tujuan penelitian.

#### **B. Tempat dan Waktu Penelitian**

Lokasi penelitian berada di salah satu TK yang terletak di Kecamatan Singosari, Kabupaten Malang yaitu TK Islam Almaarif. Alasan peneliti memilih lokasi tersebut karena observasi awal menunjukkan bahwa terdapat program 'bekal makanan sehat untuk anak' di sekolah ini namun

tidak terlaksana dengan maksimal yang ditunjukkan oleh variasi menu bekal anak setiap hari. Oleh karena itu, TK Islam Almaarif dipilih sebagai lokasi penelitian untuk mendalami lebih lanjut tentang hubungan antara Pengetahuan Orang Tua Tentang Gizi Seimbang dan Pemberian Menu Makanan Sehat pada Anak. Penelitian ini dimulai pada 05 Februari 2024 dengan menyebar angket penelitian dan berakhir pada 24 Februari 2024. Waktu tersebut dipilih karena memasuki semester baru dan pembelajaran efektif.

## C. Populasi dan Sampel Penelitian

### 1. Populasi

Penelitian ini dilakukan di TK Islam Almaarif yang terletak di Kecamatan Singosari, Kabupaten Malang. Jumlah seluruh populasi di TK Islam Almaarif adalah sebagai berikut.

*Tabel 3. 1 Populasi*

Jenjang	Jumlah Kelas	Jumlah Siswa/i	Total
Kelas A	3	78	174
Kelas B	3	96	

### 2. Sampel

Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Peneliti menggunakan *purposive sampling* dengan kriteria orang tua yang memiliki anak usia 5-6 tahun atau jenjang kelas B. Alasan peneliti menggunakan *purposive sampling* yaitu kebutuhan usia untuk penelitian ini. Sesuai dalam buku Pedoman Gizi Seimbang tahun 2014 yang menyatakan bahwa anak usia 5-6 tahun sudah memiliki preferensi terhadap makanan yang disukai, termasuk jajanan. Oleh karena itu, penting bagi ibu atau

pengasuh anak untuk memberikan perhatian khusus terhadap jumlah dan variasi makanan yang disediakan (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2014). Jika dilihat dari jumlah populasi TK Islam Almaarif pada jenjang kelas B sejumlah 97 siswa yang berarti sampel penelitian sama dengan jumlah tersebut.

#### **D. Variabel Penelitian**

Penelitian korelasi menguji hubungan antara dua variabel tergantung satu sama lain. Penelitian ini memiliki dua variabel yakni variabel independen (bebas) dan variabel dependen (terikat). Variabel independen dilambangkan dengan X yakni Pengetahuan Orang Tua Tentang Gizi Seimbang dan variabel dependen yang dilambangkan dengan Y yaitu Pemberian Menu Makanan Sehat pada Anak. Namun kedua variabel tersebut tidak saling mempengaruhi, karena penelitian ini merupakan penelitian korelasional yang mana peneliti akan mengukur besar hubungan dari kedua variabel tersebut.

#### **E. Definisi Operasional**

Poin variabel penelitian menyebutkan terdapat dua variabel pada penelitian ini yaitu Pengetahuan Orang Tua Tentang Gizi Seimbang dan Pemberian Menu Makanan Sehat pada Anak. Sehingga definisi operasional dijabarkan sebagai berikut.

##### **1. Pengetahuan Orang Tua Tentang Gizi Seimbang**

Teori seputar gizi seimbang pada penelitian ini sebagian besar berpedoman pada buku yang diciptakan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (KemenKes RI) pada tahun 2014

yaitu Pedoman Gizi Seimbang. Pengetahuan orang tua tentang gizi seimbang tidak berpusat pada definisi saja namun juga membedah unsur-unsur gizi seimbang itu sendiri seperti slogan gizi seimbang, program isi piringku, pesan gizi seimbang untuk anak usia dini, identifikasi makanan yang mengandung poin-poin gizi seimbang dan lainnya. Pengetahuan orang tua diukur menggunakan kuesioner berskala ordinal, yang berisi pertanyaan beserta beberapa alternatif jawaban di mana hanya ada satu jawaban yang tepat. Model seperti ini disebut juga pilihan ganda atau *multiple choice*. Skor 1 diberikan untuk jawaban yang benar dan skor 0 untuk jawaban yang salah. Total skor yang dihasilkan akan digunakan untuk pengelompokan.

## 2. Pemberian Menu Makanan Sehat pada Anak

Makanan sehat didefinisikan sebagai makanan yang memuat zat-zat yang diperlukan tubuh, higienis, kaya akan gizi dan memadai meskipun tidak selalu dengan harga yang mahal dan rasa yang istimewa. Selain pembahasan pada kandungannya, makanan sehat juga dilihat dari cara mengolah dan pemilihan bahannya. Variabel ini diukur melalui kuesioner dengan menggunakan skala Likert yang menggambarkan frekuensi waktu dengan alternatif jawaban "selalu", "sering", "kadang-kadang" dan "tidak pernah". Pilihan jawaban mencerminkan *habit* atau kebiasaan sehari-hari dalam memberikan menu makanan sehat pada anak. Setiap



alternatif jawaban memiliki skor masing-masing yang nantinya digunakan untuk klasifikasi lebih lanjut.

## F. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

Alat bantu yang digunakan peneliti untuk mengumpulkan data pada penelitian ini yaitu kuesioner. Kuesioner menggunakan item tertutup dan terbagi menjadi dua poin. Pertama tentang pengetahuan orang tua tentang gizi seimbang dengan disediakan beberapa item pertanyaan dan telah disediakan beberapa jawaban, namun responden hanya perlu memilih pilihan jawaban yang benar atau biasa disebut *multiple choice* (pilihan ganda). Untuk poin kedua pernyataan kebiasaan (*habit*) orang tua seputar makanan sehat dengan skala pengukuran menggunakan skala *likert* dengan alternatif jawaban yang menggambarkan frekuensi waktu dan masing-masing memiliki skor.

### a. Kisi-kisi Instrumen Pengetahuan Orang Tua Tentang Gizi Seimbang (X)

Tabel 3. 2 Kisi-kisi Instrumen (pertanyaan)

NO.	INDIKATOR	ITEM	JUMLAH
1.	Menjelaskan pengertian gizi seimbang	1,2	2
2.	Menyebutkan slogan gizi seimbang	3,4,5	3
3.	Menjelaskan unsur "Isi Piringku" untuk anak	6,7,8,9,10,11	6
4.	Menyebutkan kalori yang dibutuhkan anak	12,13	2
5.	Mengidentifikasi makanan yang	14,15,16,17,18	5

6.	mengandung poin-poin gizi seimbang. Pesan Gizi Seimbang untuk anak usia dini	19,20	2
TOTAL			20

### Kriteria Penilaian:

*Tabel 3. 3 Kriteria Penilaian (pertanyaan)*

Skor	Kategori
Benar: 1 Salah: 0	Jumlah benar yang Tinggi : 15-20 Sedang : 8-14 Rendah : 0-7

### b. Kisi-kisi Instrumen Makanan Sehat (Y)

*Tabel 3. 4 Kisi-kisi Instrumen (pernyataan)*

NO.	INDIKATOR	ITEM	JUMLAH
1.	Pemberian makanan pada anak	1,2,3 (+)	3
2.	Membiasakan konsumsi makanan sehat	4,5 (+) 6 (-)	3
3.	Melakukan pengolahan makanan	7,8,9,10 (-)	4
TOTAL			10

### Kriteria Penilaian:

*Tabel 3. 5 Kriteria Penilaian (pernyataan)*

Skor	Kategori
- Item nomor 1-5 (+) Selalu (SL) : 4 Sering (SR) : 3 Kadang-kadang (KK): 2 Tidak Pernah (TP) : 1	Pembiasaan menu makanan sehat yang Baik : 31-40 Cukup : 21-30 Kurang : 11-20
- Item nomor 6-10 (-)	Sangat Kurang : 1-10

Selalu (SL)	: 1	
Sering (SR)	: 2	
Kadang-kadang (KK)	: 3	
Tidak Pernah (TP)	: 4	

## G. Validitas dan Reliabilitas Instrumen

### 1. Uji Validitas

Sebelum instrumen penelitian dibagikan pada responden, wajib untuk melewati tahap uji validitas. Proses menentukan apakah suatu instrumen dapat dianggap valid atau sesuai dengan tujuan pengukuran yang dimaksudkan disebut pengujian validitas (Anshori & Iswati, 2019). Sebuah instrumen hanya dapat mengukur sesuatu yang hendak diukur jika ia valid. Penelitian ini menggunakan validitas isi *expert judgement* untuk menguji instrumen. Alasan peneliti menggunakan validitas isi *expert judgement* yaitu karena dilaksanakan sebelum turun lapangan dan dinilai oleh ahli. Instrumen diujikan pada 2 ahli materi bidang kesehatan. Pada 23 Januari 2024 uji validitas dilaksanakan pada ahli 1, Bapak Dr. Bintoro Widodo, M. Kes, selaku dosen mata kuliah kesehatan dan nutrisi. Uji validitas pada ahli 2 dilaksanakan pada 26 Januari 2024 oleh Bapak Abu Bakar, S. Kep. Ns. M. Kep yang merupakan salah satu perawat di Puskesmas Singosari.

Lembar uji validitas berisi setiap butir soal beserta pilihan jawaban dan terdapat kolom penilaian dengan dua indikator yaitu relevansi (kesesuaian sub indikator dengan indikator) dan kejelasan (penggunaan bahasa yang jelas dan dapat dipahami). Nilai yang dapat diberikan oleh

para ahli berkisar antara 1-4. Selain penilaian berupa angka, terdapat pula kolom saran dan perbaikan jika para ahli ingin menyarankan sesuatu agar instrumen lebih baik dan valid. Hasil penilaian angka dari para ahli diolah menggunakan rumus dengan bantuan aplikasi *microsoft excel*. Rumus yang digunakan yaitu rumus Aiken's V yang digunakan peneliti untuk menguji kevalidan instrumen. Formula dari Aiken's V sebagai berikut.

$$V = \sum s / (n (C-1)) \quad | \quad S = r - l_0$$

Ket:

S = selisih

C = angka penilaian tertinggi

l<sub>0</sub> = angka penilaian terendah

r = angka yang diberikan oleh ahli/validator

Nilai koefisien Aiken's V berkisar antara 0-1, apabila hasil perhitungan mendekati angka 1 maka semakin valid (>0,6). Namun, jika hasil menunjukkan angka 0 maka tidak valid (<0,5).

*Tabel 4. 1 Nilai Validitas Relevansi X*

Butir	Validator		s1	s2	Σs	V	Ket
	1	2					
Butir 1-20	75	76	55	56	111	0.925	VALID

*Tabel 4. 2 Nilai Validitas Kejelasan X*

Butir	Validator		s1	s2	Σs	V	Ket
	1	2					
Butir 1-20	73	76	53	56	109	0.908333	VALID

Tabel 4. 3 Nilai Validitas Relevansi Y

Butir	Validator		s1	s2	$\Sigma s$	V	Ket
	1	2					
Butir 1-10	33	37	23	28	51	0.833333	VALID

Tabel 4. 4 Nilai Validitas Kejelasan Y

Butir	Validator		s1	s2	$\Sigma s$	V	Ket
	1	2					
Butir 1-10	34	38	24	28	52	0.866667	VALID

Hasil penghitungan validitas *expert judgement* menggunakan rumus Aiken's V dengan bantuan aplikasi *microsoft excel* menunjukkan angka  $>0,6$  dan mendekati angka 1 yang dapat diartikan bahwa setiap butir angket valid dan dapat digunakan untuk mengambil data.

## 2. Uji Reliabilitas

Setelah validitas, tahap penting selanjutnya disebut reliabilitas. Apabila pengujian tersebut memberikan hasil yang konsisten dalam mengukur variabel sasaran, maka alat penelitian dianggap telah mencapai reliabilitas (Sukardi, 2021). Jika nilai reliabilitas suatu instrumen tinggi, maka meskipun berkali-kali diujikan hasilnya tetap sama. Instrumen disebar terlebih dahulu pada 35 responden sebelum diberikan pada seluruh sampel penelitian. Skor yang diperoleh 35 responden tersebut digunakan untuk uji reliabilitas. Pada penelitian ini menggunakan aplikasi SPSS versi 23 karena akurat dan memudahkan peneliti. Seperti halnya validitas, reliabilitas juga terdapat metode untuk menghitung hasil tes. Penelitian ini menggunakan metode *Split-Half Coefficient* atau sering disebut metode belah dua dengan rumus

*Spearman-Brown Coefficient*. Metode ini cocok untuk menghitung reliabilitas suatu instrumen yang berskala ordinal dan berupa pilihan ganda. Dalam metode ini, instrumen penelitian dikatakan *reliable* (dapat dipercaya) apabila hasil *Guttman Split-Half Coefficient* > 0,700.

*Tabel 4. 5 Nilai Reliabilitas X*

<b>Reliability Statistics</b>			
Cronbach's Alpha	Part 1	Value	.440
		N of Items	10 <sup>a</sup>
	Part 2	Value	.434
		N of Items	10 <sup>b</sup>
	Total N of Items		20
Correlation Between Forms			.860
Spearman-Brown Coefficient	Equal Length		.964
	Unequal Length		.964
Guttman Split-Half Coefficient			.860

Tabel 4. 6 Nilai Reliabilitas Y

Reliability Statistics			
Cronbach's Alpha	Part 1	Value	.514
		N of Items	5 <sup>a</sup>
	Part 2	Value	.428
		N of Items	5 <sup>b</sup>
	Total N of Items		10
Correlation Between Forms			.850
Spearman-Brown Coefficient	Equal Length		.811
	Unequal Length		.811
Guttman Split-Half Coefficient			.850

Hasil penghitungan reliabilitas teknik *Split-Half* menggunakan rumus *Spearman-Brown* dengan bantuan aplikasi SPSS versi 23 menunjukkan hasil  $>0,700$  yaitu 0,860 untuk X dan 0,850 untuk Y. Angka tersebut menjelaskan bahwa instrumen tiap variabel dapat dipercaya atau *reliable*.

#### H. Teknik Analisis Data

Pendekatan kuantitatif korelasional digunakan dalam penelitian ini. Untuk analisis menggunakan metode analisis korelasi kuantitatif guna mengeksplorasi hubungan serta kekuatan keterkaitan antar variabel. Data yang terkumpul dari kuesioner akan diolah terlebih dahulu sebelum dianalisis lebih lanjut. Adapun tahapan yang dilakukan peneliti untuk mengolah data sebagai berikut.

a. Pengeditan (*editing*)

Menghindari data yang meragukan, perlu dilakukan edit sebelum diolah. Melalui pengeditan, memudahkan peneliti dalam pemberian kode dan proses data melalui teknik statistik. Pengeditan data bertujuan untuk memastikan bahwa data penelitian lengkap, konsisten dan siap untuk dilakukan proses analisis (Anshori & Iswati, 2019).

b. Menetapkan Angka (*scoring*)

Menghitung jumlah skor tiap responden melalui kuesioner yang telah diisi dan berpedoman pada tabel skor yang telah ditentukan. Untuk tingkat pengetahuan, skor 1 diberikan untuk jawaban yang benar sedangkan skor 0 diberikan untuk jawaban yang salah. Selanjutnya bagian pemberian makanan sehat item positif pada skala selalu diberi skor 4, biasanya bernilai 3, kadang-kadang bernilai 2 dan tidak pernah diberi skor 1. Item negatif diberi skor yang berlawanan. Setelah proses pemberian skor, angka-angka tersebut ditabulasikan untuk mempermudah pada tahap selanjutnya.

c. Memasukkan Data (*entering*)

Proses memasukkan data berupa angka hasil *scoring* dan kode ke komputer agar dapat diolah secara digital. Penelitian ini memanfaatkan aplikasi *Statistical Product and Service Solutions* (SPSS) versi 23. SPSS lebih akurat dalam menganalisis data dan memberi kemudahan dalam bentuk perhitungan. Adapun data yang



nantinya didapatkan peneliti berupa 20 jawaban dari pertanyaan dan 10 jawaban dari pernyataan.

d. Membersihkan Data (*cleaning*)

Setelah memasukkan data pada sistem komputer, data tetap perlu dicek kembali untuk memastikan tidak adanya kesalahan dan keraguan data yang telah di *entry*.

e. Penyajian Data (*output*)

Penyajian data mempunyai tujuan agar data yang telah diolah mudah dibawa dan dipahami. Bentuk data yang nantinya disajikan berupa tabel skor yang diperoleh oleh setiap sampel untuk mengukur pengetahuan orang tua tentang gizi seimbang dan implementasi orang tua seputar makanan sehat. Selain itu data-data hasil perhitungan dari aplikasi SPSS termasuk dari penyajian data.

Penelitian ini menggunakan teknik korelasi *Spearman's Rank* untuk menganalisis data. *The simple linear relationship between two variables is evaluated using the Spearman correlation coefficient, which is measured dimensionlessly* (Al-Hameed, 2022). Alasan menggunakan teknik korelasi tersebut, karena data memenuhi syarat yang ditetapkan dalam uji *Spearman*. Menurut Sukmono pada tahun 2023, jika pada Korelasi Pearson harus memenuhi syarat distribusi data yaitu berdistribusi normal, untuk Korelasi Spearman tidak mensyaratkannya (Sukmono, 2023). Ketika dua variabel setidaknya memiliki skala data ordinal, mengetahui

hubungan antara keduanya dapat dipastikan menggunakan korelasi Spearman.

Dari hasil *output* dapat ditarik kesimpulan dengan merujuk pada aturan penarikan kesimpulan uji korelasi *Spearman*. Metode yang digunakan adalah uji statistik untuk mengukur tingkat hubungan antara dua variabel yang dikenal sebagai analisis korelasi (*correlation analysis*). Sementara itu, ukuran untuk menentukan kekuatan korelasi antar dua variabel atau lebih disebut koefisien korelasi (*the correlation coefficient*) (Miftahuddin dkk., 2021). Penarikan kesimpulan merujuk pada dasar analisis *output* SPSS yaitu:

1. Apabila nilai Sig. (2-tailed) kurang dari 0,05 maka terdapat hubungan yang signifikan dan  $H_1$  diterima sedangkan  $H_0$  ditolak. Namun tidak terdapat hubungan yang signifikan dengan kesimpulan  $H_0$  diterima dan  $H_1$  ditolak jika Sig. (2-tailed) lebih dari 0,05.
2.
  - a. *Correlation coefficient* 0,00-0,25 = hubungan sangat lemah
  - b. *Correlation coefficient* 0,26-0,50 = hubungan cukup
  - c. *Correlation coefficient* 0,51-0,75 = hubungan kuat
  - d. *Correlation coefficient* 0,76-0,99 = hubungan sangat kuat
  - e. *Correlation coefficient* 1,00 = hubungan sempurna.
3. Jika nilai *correlation coefficient* menunjukkan angka positif, maka variabel penelitian memiliki hubungan searah. Sebaliknya, jika

nilai *correlation coefficient* menunjukkan angka negatif maka variabel penelitian tersebut memiliki hubungan yang tidak searah.

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Deskripsi Hasil Penelitian**

Penelitian dilaksanakan pada bulan Februari 2024 di TK Almaarif Singosari. Kepala sekolah sempat membicarakan terkait tantangan yang sedang dihadapi pada saat itu yakni masalah kesehatan pada anak-anak yang diduga karena kebiasaan konsumsi anak sehari-hari. Padahal sekolah telah memprogramkan ‘bekal makanan sehat untuk anak’ setiap hari dengan harapan orang tua dapat membangun pembiasaan baik melalui pemberian makanan sehat pada anak setiap hari. Namun menurut kepala sekolah program ini berjalan hanya 40%, sisanya tidak menjalankan program dengan sebagaimana mestinya. Selain itu, pengamatan penelitian mencatat terdapat anak-anak yang setiap harinya membawa bekal untuk makan siang yang tidak menggambarkan gizi seimbang.

Data diperoleh dari instrumen yang dibagikan kepada orang tua berupa lembaran angket yang berisi tentang gizi seimbang untuk anak dan kebiasaan sehari-hari dalam menyediakan menu makanan sehat. Dari 96 responden, 83% atau 80 responden mengembalikan angket yang mana responden memiliki karakteristik yang berbeda-beda dan dapat dikelompokkan mulai dari usia, jenis kelamin, pendidikan terakhir dan pekerjaan.

## 1. Analisis Data

Instrumen yang telah terisi oleh 80 responden menghasilkan kumpulan skor pengetahuan orang tua tentang gizi seimbang dan pemberian menu makanan sehat pada anak. Responden atau orang tua mengisi 20 pertanyaan pilihan ganda tentang gizi seimbang dan 10 pernyataan tentang kebiasaan orang tua dalam pemberian menu makanan sehari-hari pada anak. Skor responden dari setiap variabel dimasukkan dalam aplikasi SPSS versi 23 untuk dilakukan analisis data guna menjawab rumusan masalah dan menguji hipotesis. Metode korelasi *Spearman's Rank* digunakan pada penelitian ini. Berikut *output* korelasi dari kedua variabel.

Tabel 4. 7 Hasil Korelasi Spearman

			Tingkat Pengetahuan	Makanan Sehat
Spearman's rho	Tingkat Pengetahuan	Correlation Coefficient	1.000	.006
		Sig. (2-tailed)	.	.956
		N	80	80
	Makanan Sehat	Correlation Coefficient	.006	1.000
		Sig. (2-tailed)	.956	.
		N	80	80

**a. Hubungan Pengetahuan Orang Tua Tentang Gizi Seimbang Terhadap Pemberian Menu Makanan Sehat pada Anak**

Korelasi spearman menunjukkan tidak ada korelasi antara pengetahuan orang tua tentang gizi seimbang terhadap pemberian menu makanan sehat pada anak. Dibuktikan oleh angka Sig. (2-tailed) yang lebih dari ( $>$ ) 0,5 yakni 0,956. Nilai signifikansi sangat jauh dari nilai seharusnya, sehingga dapat dikatakan bahwa tidak ada hubungan sama sekali antara dua variabel.

**b. Kekuatan Hubungan Pengetahuan Orang Tua Tentang Gizi Seimbang Terhadap Pemberian Menu Makanan Sehat pada Anak**

Kekuatan hubungan ditunjukkan oleh *Correlation Coefficient* yang mencapai angka 0,006 atau 0,6%. Nilai minimum koefisien korelasi berada pada kisaran angka 0,00-0,25, sehingga hasil 0,006 menunjukkan bahwa kedua variabel memiliki kekuatan korelasi yang sangat lemah.

**c. Arah Hubungan Pengetahuan Orang Tua Tentang Gizi Seimbang Terhadap Pemberian Menu Makanan Sehat pada Anak**

Nilai *Correlation Coefficient* menunjukkan angka positif yang artinya hubungan kedua variabel searah. Meskipun hasil kedua variabel tidak ada hubungan dan kekuatannya sangat

lemah, tetapi arah kedua variabel menunjukkan arah yang sama. Sehingga apabila variabel pertama meningkat maka nilai variabel kedua juga cenderung meningkat begitu pula sebaliknya. Namun tidak selalu dapat dipastikan mengingat nilai signifikansi dan koefisien korelasi yang jauh dari cukup secara statistik.

Berdasarkan hasil korelasi spearman yang menunjukkan tidak ada hubungan, maka dapat ditarik kesimpulan untuk hipotesis penelitian bahwa  $H_0$  diterima yang bunyinya tidak adanya hubungan antara pengetahuan orang tua tentang gizi seimbang dan pemberian menu makanan sehat pada anak dan  $H_1$  ditolak.

Selain hasil korelasi, instrumen yang telah terisi oleh 80 responden menghasilkan gambaran tentang pengetahuan orang tua tentang gizi seimbang dan pemberian menu makanan sehat pada anak. Hasil dari variabel pengetahuan yakni menjumlahkan seluruh jawaban responden yang benar kemudian dikategorikan seperti pada tabel kriteria penilaian variabel pengetahuan (tabel 3.6). Sama halnya dengan variabel pemberian menu makanan sehat, seluruh jawaban responden dijumlahkan sesuai dengan skor pilihan masing-masing sesuai dengan tabel kriteria penilaian (tabel 3.8).

*Tabel 4.16 Hasil Pengkategorian Variabel*

Variabel	Total	Persentase
Pengetahuan orang tua		
a. Tinggi : 15-20	36	45%
b. Sedang : 8-14	44	55%
c. Rendah : 0-7	0	0%
Pemberian menu makanan sehat		
a. Baik : 31-40	65	81%
b. Cukup : 21-30	15	19%
c. Kurang : 11-20	0	0%
d. Sangat Kurang : 1-10	0	0%

Hasil penelitian berdasarkan penghitungan skor angket 80 responden dari 2 variabel yakni rata-rata orang tua menjawab soal pilihan ganda dengan total benar di antara rentang 8-14 soal. Mencapai 44 orang dengan persentase 55% dan dapat dikategorikan pada kategori pengetahuan sedang. Sedangkan sisanya 36 orang dengan persentase 45% berada pada kategori tinggi dengan jumlah jawaban benar rentang 15-20 soal. Tidak ada responden yang jumlah benarnya hanya rentang 0-7 atau kategori rendah. Angka tersebut menunjukkan bahwa pengetahuan orang tua tentang gizi seimbang di TK Almaarif rata-rata berada pada kategori sedang.

Berbanding terbalik dengan variabel pengetahuan, pada variabel pemberian menu makanan sehat lebih banyak orang tua yang berada pada kategori baik yakni 65 orang dengan persentase 81%. Jumlah skor berada pada rentang 31-40. Sisanya, 15 orang



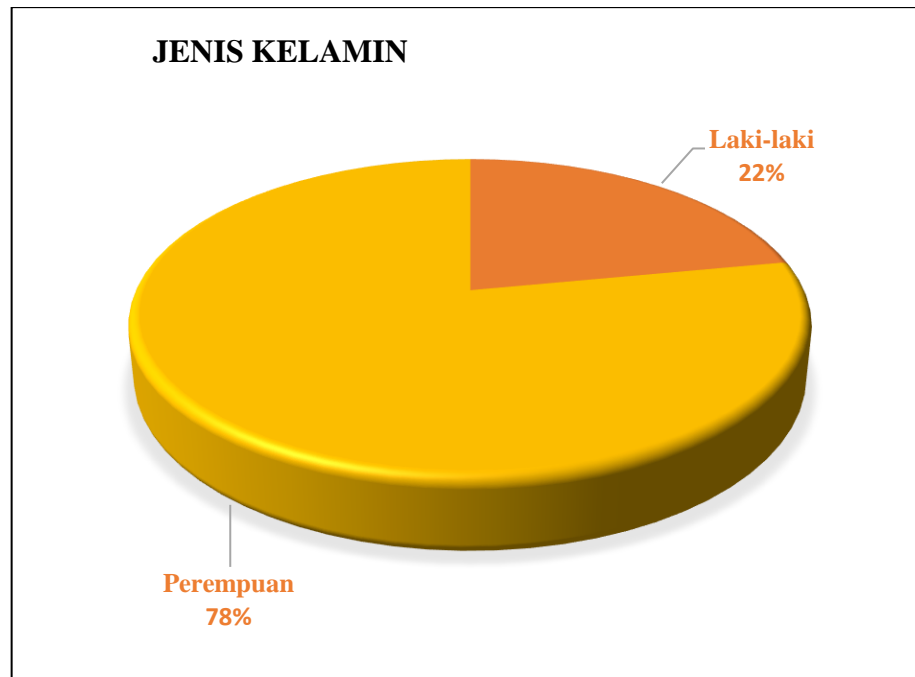
dengan persentase 19% berada pada kategori cukup rentang skor 21-30 dan tidak ada responden yang tersebar pada kategori kurang maupun sangat kurang. Angka yang telah dipaparkan mencerminkan bahwa pemberian menu makanan sehat oleh orang tua pada anak sehari-hari masuk pada kategori baik.

Hasil yang disajikan dari kedua variabel dapat disimpulkan bahwa meskipun rata-rata pengetahuan orang tua berada pada kategori sedang namun pemberian menu makanan sehat pada anak sehari-hari berada pada kategori baik.

## **2. Karakteristik Responden**

Sejumlah 80 responden yang mengisi angket memiliki latar belakang dan karakteristik yang berbeda. Berdasarkan pengisian instrumen penelitian pada bagian identitas responden, maka informasi terkait karakteristik responden dapat disajikan dalam diagram berikut yang menggambarkan profil seluruh responden secara lebih rinci.

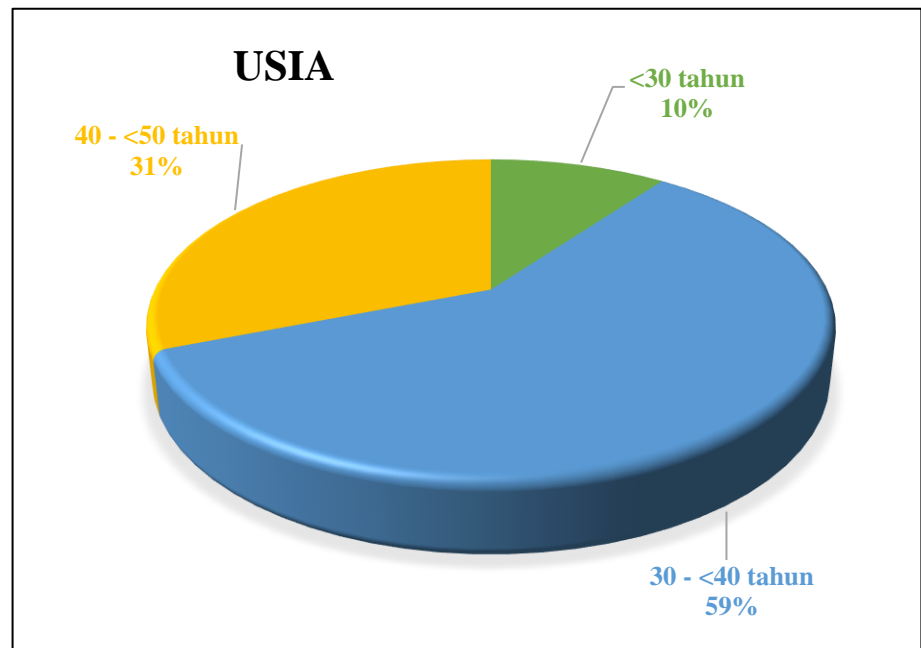
## 1) Jenis Kelamin



*Gambar 4. 1 Diagram Karakteristik Jenis Kelamin*

Responden penelitian ini didominasi oleh perempuan atau ibu-ibu dengan jumlah 62 orang mencapai 78%, sedangkan untuk responden laki-laki 18 orang dengan persentase 22%.

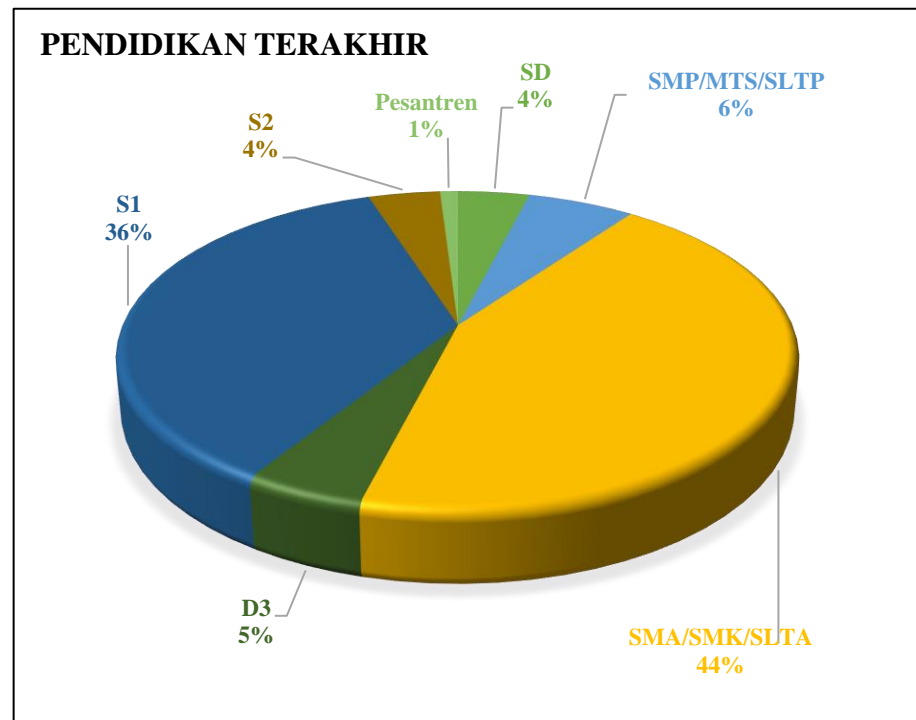
## 2) Usia



*Gambar 4. 2 Diagram Karakteristik Usia*

Bagian usia terbagi menjadi tiga kategori, rata-rata responden berada pada kategori usia 30 - <40 tahun dengan jumlah 47 responden (59%). Sisanya berada pada kategori <30 tahun 8 responden (10%) dan kategori usia 40 - <50 tahun sejumlah 25 responden (31%).

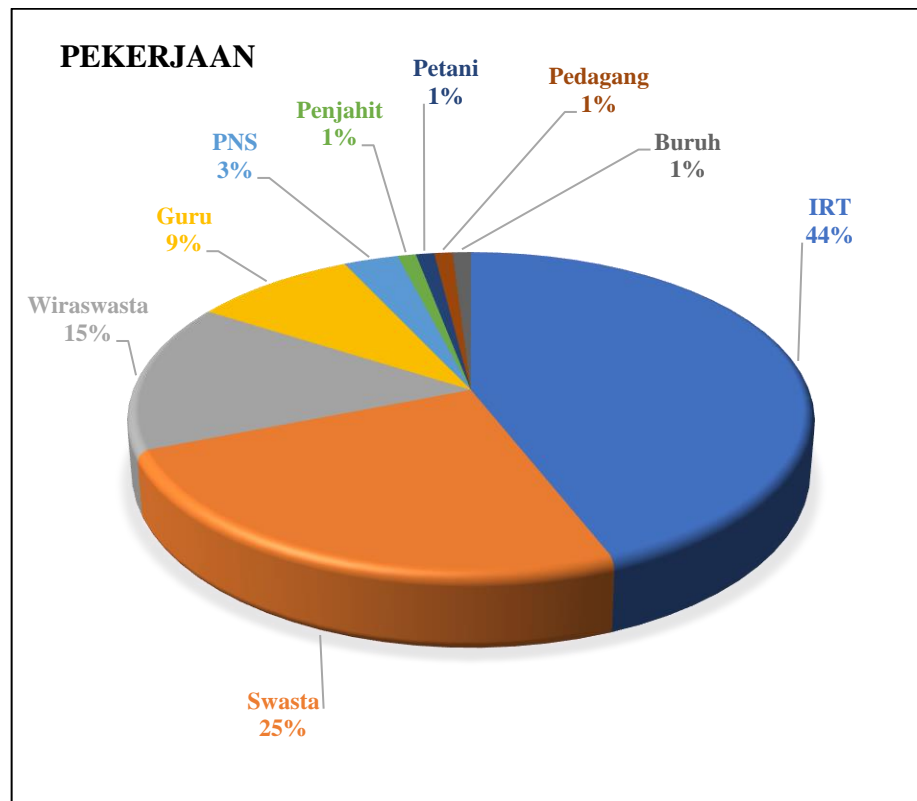
## 3) Pendidikan



**Gambar 4. 3** Diagram Karakteristik Pendidikan Terakhir

Jumlah tertinggi adalah jenjang SMA/SMK/SLTA berjumlah 35 responden (44%). Jenjang SD berjumlah 3 responden (4%), jenjang SMP/MTS/SLTP berjumlah 5 responden (6%), jenjang D3 berjumlah 4 responden (5%), jenjang S1 berjumlah 29 responden (36%), jenjang S2 berjumlah 3 responden (4%) dan terdapat satu responden lulusan pesantren (1%).

## 4) Pekerjaan



*Gambar 4. 4 Diagram Karakteristik Pekerjaan*

Terdapat sekitar 9 pekerjaan berbeda dari 80 responden. Diantaranya Ibu Rumah Tangga (IRT) 35 responden (44%), pegawai swasta sebanyak 20 responden (25%), wiraswasta 12 responden (15%), guru sebanyak 7 responden (9%), PNS 2 responden (3%), penjahit, petani, pedagang, dan buruh masing-masing satu responden (1%).

Karakteristik yang telah dipaparkan dapat menjadi salah satu faktor hasil dari pengetahuan orang tua tentang gizi seimbang serta implementasinya dalam pemberian menu makanan sehat pada anak.

## **B. Pembahasan Penelitian**

Berdasarkan hasil penelitian, rata-rata pengetahuan orang tua tentang gizi seimbang masuk kategori sedang dan pemberian menu makanan sehat pada anak menunjukkan persentase tertinggi pada kategori baik. Responden penelitian berasal dari latar belakang yang beragam, dimana dari latar belakang tersebut terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan responden tentang gizi seimbang dan pemberian menu makanan sehat pada anak. Sesuai dengan teori yang dipaparkan pada kajian teori poin gizi seimbang, terdapat tujuh faktor yang berpengaruh pada pengetahuan seseorang diantaranya sebagai berikut.

### **a. Pendidikan**

Pendidikan memiliki pengaruh penting pada pengetahuan seseorang. Seiring dengan tingginya pencapaian pendidikan maka makin tinggi pula pengetahuannya (Dhirisma & Moerdhanti, 2022). Berdasarkan data yang telah diolah, rata-rata pendidikan terakhir dari seluruh responden di urutan pertama yakni tingkat pendidikan menengah atas (SMA/SMK/SLTA) dan urutan kedua Sarjana S1, namun tidak dapat dipastikan bahwa responden tersebut adalah lulusan dari jurusan yang berkaitan dengan kesehatan. Sehingga responden tidak memiliki pengetahuan yang cukup tinggi seputar gizi seimbang.

**b. Pekerjaan**

Pekerjaan yang bervariasi memiliki fokus pada bidang-bidang tertentu. Pengetahuan dan pengalaman seseorang akan dipengaruhi oleh pekerjaan mereka (Suwaryo & Yuwono, 2020). Sedangkan hasil pengisian angket tidak ditemukan responden yang bekerja pada bidang kesehatan. Sebagian besar responden adalah Ibu Rumah Tangga (IRT) dan karyawan swasta. Sehingga pekerjaan responden tidak berpengaruh secara signifikan terhadap pengetahuan tentang gizi seimbang.

**c. Usia**

Semakin bertambah usia seseorang, semakin bertambah pula hal-hal yang mempengaruhi kemampuan kognitif. Penelitian yang dilakukan oleh I Nengah, dkk pada tahun 2020 menunjukkan bahwa ada hubungan antara usia seseorang dengan tingkat pengetahuan dan kesadaran mereka terkait kesehatan (Nengah dkk., 2020). Semakin dewasa usia seseorang, pola pikirnya akan berkembang sehingga semakin banyak pengetahuan yang diperoleh. Sebagian besar responden memiliki usia pada rentang 30 - <40 tahun yakni dapat diartikan masa dewasa tengah. Seiring bertambahnya usia, otak secara bertahap menyusut dan dikenal sebagai penuaan otak. Penuaan otak umumnya terjadi sekitar usia 30-40 tahun (Puspa, 2023). Responden dengan rentang usia 30 - <40 tahun sejumlah 29 orang pada kategori pengetahuan tinggi dan 18 orang sisanya pada

kategori pengetahuan sedang. Maka sebagian besar responden yang sedang dalam masa dewasa tengah sadar akan pentingnya kesehatan tak terkecuali pada anak-anak mereka. Sehingga mereka terus memperluas pengetahuan terkait gizi seimbang.

**d. Minat**

Besarnya minat seseorang cenderung mendorong seseorang untuk belajar lebih dan menggali informasi terkait topik yang diminati tersebut. Adanya ketertarikan seseorang yang kuat terhadap sesuatu menghasilkan minat (Bahri, 2022). Berdasarkan hasil penelitian yang menunjukkan mayoritas responden memiliki pengetahuan yang sedang, terlihat bahwa minat terhadap informasi gizi seimbang tidak begitu kuat. Hal ini bisa disebabkan oleh beberapa faktor, seperti kebiasaan pola makan yang sudah tertanam dan sulit diubah, keterbatasan waktu yang dimiliki responden untuk berminat dan mempelajari gizi seimbang lebih dalam, serta lingkungan sosial budaya yang tidak mendukung pola makan sehat dapat mengurangi motivasi seseorang untuk berminat mempelajari gizi seimbang.

**e. Pengalaman**

Pengalaman yang diperoleh seseorang juga berhubungan dengan faktor pendidikan, pekerjaan dan usia. Pengetahuan yang lebih baik dihasilkan dari pengalaman yang lebih banyak (Melani & Barokah, 2020). Maka dari pengalaman tiap responden yang berbeda-beda dapat mempengaruhi pengetahuan mereka tentang gizi seimbang.



Dari hasil penelitian pengetahuan tentang gizi seimbang, menunjukkan responden tidak memiliki banyak pengalaman terkait gizi seimbang. Hal ini disebabkan oleh pekerjaan responden yang tidak berada di bidang kesehatan, sehingga pengalaman responden mengenai gizi seimbang tidak signifikan meningkatkan pengetahuan tentang topik tersebut.

**f. Lingkungan**

Lingkungan tempat tinggal seseorang memiliki peran yang penting dalam meningkatkan dan memperluas pengetahuan seseorang. Bagaimana seseorang menyerap pengetahuan dalam interaksi, yang dapat bersifat timbal balik atau tidak, dipengaruhi oleh lingkungannya dan interaksi ini menyebabkan pengetahuan tersebut direspon dan diinternalisasi oleh seseorang tersebut (Harigustian, 2020). Interaksi sosial, budaya dan akses merupakan beberapa unsur dari lingkungan. Dengan mayoritas pekerjaan responden adalah IRT dan karyawan swasta, terdapat kemungkinan bahwa lingkungan responden tidak secara signifikan meningkatkan atau memperluas pengetahuan tentang gizi seimbang.

**g. Informasi**

Informasi yang diterima seseorang dapat menambah wawasan dan pengetahuan seseorang. Intelektual seseorang sangat bergantung dengan jumlah informasi yang diterimanya (Prabowo, 2021). Zaman ini berbagai cara dapat dilakukan untuk memperoleh informasi yang

diinginkan terutama melalui internet dan media sosial. Begitu pula informasi tentang gizi seimbang yang dapat diperoleh dengan memanfaatkan teknologi dan media modern. Dengan melihat karakteristik usia, pekerjaan, minat responden dan hasil pengetahuan tentang gizi seimbang, tampaknya responden belum memanfaatkan akses yang mudah dan menggali informasi terkait gizi seimbang.

Pola makan anak paling dasar tentunya dipengaruhi oleh lingkungan keluarga, terutama ibu dengan peran besar bertanggung jawab menyiapkan dan menyusun menu makanan keluarga sehari-hari. Di sisi lain, ayah, bertanggung jawab untuk menjaga kondisi mental ibu yang memiliki porsi pengasuhan lebih besar dan sebagai sumber dukungan atau *support system* (Elvira & Santoso, 2022). Namun, tidak semua ibu secara rutin bertanggung jawab menyediakan makanan untuk keluarga setiap hari. Banyak keluarga, saat ini, menggunakan jasa Asisten Rumah Tangga (ART) untuk membantu mengelola pekerjaan rumah sehari-hari, terutama bagi *working mom*. Melihat hasil dari variabel pemberian menu makanan sehat pada anak yang berada pada kategori baik, maknanya dalam kehidupan sehari-hari orang tua cenderung rutin memberikan makanan sehat pada anak. Namun hasil tersebut tidak sesuai dengan kondisi lapangan yang ditemui peneliti.

Observasi peneliti menemukan bahwa kondisi lapangan tidak sesuai dengan hasil penelitian. Faktanya dari observasi peneliti ditemukan bekal anak sehari-hari yang tidak memenuhi kriteria gizi seimbang. Setiap asupan

gizi dalam makanan yang diterima anak pemberian dari ibunya atau *baby sister* nya (Insani, 2022). Dalam pengisian angket, tidak semua responden adalah ibu-ibu dan di antara responden yang berjenis kelamin perempuan, peran responden yang mengisi angket tidak dapat dipastikan oleh peneliti karena pengisian angket dilakukan di luar lingkup penelitian. Sehingga, kemungkinan besar bahwa responden yang mengisi angket bertanggung jawab menyiapkan makanan sehari-hari di rumah, namun bukanlah yang menyiapkan bekal sehari-hari untuk anak. Atau bahkan responden yang mengisi angket bukan yang memiliki peran menyiapkan makanan dan bekal anak setiap hari.

Kondisi lapangan juga menunjukkan beberapa anak tidak terbiasa membawa bekal. Mereka hanya diberi uang saku dan dibebaskan membeli makanan yang anak-anak suka. Hal tersebut cukup mengkhawatirkan sesuai dengan ungkapan Muhimah & Farapti pada tahun 2023, bahwa secara umum anak-anak usia sekolah cenderung memilih makanan berdasarkan preferensi mereka tanpa memperhatikan nilai gizinya (Muhimah & Farapti, 2023). Apabila kebiasaan tersebut berkelanjutan, maka dapat menciptakan pola makan yang tidak baik bagi anak. Sebuah penelitian oleh Suryaalamsah, dkk tahun 2019, persentase siswa yang jarang membawa bekal ke sekolah 51,6% menunjukkan bahwa kebiasaan tersebut masih kurang. Daripada menyiapkan bekal makan siang dari rumah, anak-anak lebih memilih membeli makanan ringan di sekolah. Fakta bahwa ibu tidak membuat makanan di rumah menjadi salah satu penyebab anak membeli

makanan dari luar (Suryaalamsah dkk., 2019). Pengetahuan tentang gizi seimbang sebenarnya tidak berlaku hanya untuk orang tua, namun juga anak-anak sejak dini perlu ditanamkan dan dibiasakan untuk konsumsi makan makanan sehat.

Pesan Gizi Seimbang Kementerian Kesehatan RI (KemenKes RI) anak usia dini poin ke-4 yaitu membiasakan membawa makanan dan air putih dari rumah ke sekolah. Selain penting untuk menjamin anak-anak mendapatkan makanan yang cukup, bekal yang mereka bawa ke sekolah juga merupakan sumber berharga untuk pendidikan gizi—khususnya bagi orang tua siswa (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2014). Pembentukan perilaku pada anak usia dini terjadi melalui proses belajar (Santoso & Sugiri, 2022). Meskipun membawa bekal memang tidak wajib, namun setidaknya dapat melatih anak untuk belajar terbiasa mengonsumsi makanan sehat dan tertanam pada anak bahwa tubuhnya adalah tanggung jawabnya. Metode pendidikan gizi dapat meningkatkan kemampuan anak dalam memilih makanan yang mereka konsumsi, membantu mereka menjadi lebih selektif dalam pemilihan makanan (Syahroni dkk., 2021). Sebaiknya orang tua yang terbiasa memberi uang saku untuk anak dapat memastikan bahwa anak bertanggung jawab atas pilihan makanannya. Anak-anak akan memiliki lingkungan sosial yang lebih luas saat mereka mulai memasuki jenjang sekolah (Kelompok Bermain atau Taman Kanak-kanak) (Santoso & Wayan Utama, 2019). Maka dari itu penting untuk membangun komitmen dengan anak agar tetap menjaga makanan yang

dikonsumsi meski mereka tidak dibawakan bekal atau sedang tidak dibawah pengawasan orang tua.

### **C. Keterbatasan Penelitian**

Setelah melakukan penelitian secara langsung, peneliti menemukan beberapa keterbatasan penelitian yang dihadapi mengenai pengetahuan orang tua tentang gizi seimbang dan pemberian menu makanan sehat pada anak. Harapannya, keterbatasan yang ada dapat menjadi faktor yang lebih diperhatikan oleh peneliti-peneliti di masa mendatang. Beberapa keterbatasan tersebut antara lain pengumpulan data melalui angket yang pengisiannya tidak *on the spot* atau diluar tempat penelitian. Sehingga peneliti tidak mengetahui dengan pasti responden yang mengisi angket merupakan orang yang sehari-hari menyiapkan menu makanan anak, terutama bekal sekolah anak, atau bukan. Selain itu, waktu yang dimiliki oleh peneliti membatasi kesempatan untuk mengumpulkan data dengan optimal dari seluruh sampel.

Proses pengisian angket diluar tempat penelitian juga memberikan batasan kepada peneliti untuk mengetahui situasi responden saat mengisi angket. Peneliti tidak mengetahui apakah responden mengandalkan pengetahuannya sendiri, meminta bantuan dari orang lain atau menggunakan internet sebagai sumber informasi ketika mengisi angket.

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Setelah melihat rumusan masalah, tujuan, hipotesis dan hasil penelitian, dapat dikatakan bahwa tidak ada korelasi yang signifikan pada penelitian "Hubungan Pengetahuan Orang Tua Tentang Gizi Seimbang Terhadap Pemberian Menu Makanan Sehat pada Anak". Hasil pengujian menggunakan metode korelasi *Spearman's Rank* menunjukkan angka  $0,95 > 0,05$  yang menunjukkan bahwa tidak ada korelasi yang signifikan dari kedua variabel. Angka dari hasil korelasi bernilai positif meskipun tidak menunjukkan ada hubungan yang signifikan. Angka positif memaparkan hubungan kedua variabel searah dengan makna adanya kenaikan nilai pada satu variabel cenderung diikuti oleh kenaikan nilai pada variabel lainnya. Namun, nilai koefisien korelasi menunjukkan kekuatan hubungan yang sangat lemah dengan angka 0,006 atau 0,6%. Meskipun nilai korelasi menunjukkan nilai positif dan searah, tidak mungkin untuk mengatakan bahwa kedua variabel memiliki kekuatan dan signifikansi hubungan yang cukup secara statistik. Sehingga pengujian hipotesis pada penelitian ini menyatakan  $H_0$  diterima dan  $H_1$  ditolak.

Responden dengan total 80 menghasilkan temuan penelitian pengetahuan orang tua tentang gizi seimbang rata-rata berada dalam kategori sedang dengan 44 responden (55%) dan 36 responden lainnya berada pada kategori tinggi (45%). Usia, pendidikan terakhir, pekerjaan,

minat, lingkungan adalah beberapa faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang tentang gizi seimbang. Sedangkan variabel menu makanan sehat, rata-rata responden berada dalam kategori baik mencakup 65 responden (81%) dan 15 responden lainnya pada kategori cukup (19%). Seperti variabel pengetahuan, pemberian menu makanan sehat terdapat banyak faktor dibaliknya seperti ekonomi, lingkungan, budaya dan sosial.

## **B. Saran**

Peneliti menyadari beberapa keterbatasan dan kekurangan pada penelitian ini. Namun peneliti juga berharap dengan penelitian ini dapat memberikan kontribusi bermanfaat.

Bagi lembaga, diharapkan dari penelitian ini dapat menyelenggarakan program pendidikan atau semacam pelatihan bagi orang tua untuk meningkatkan pengetahuan tentang gizi seimbang dan praktik pemberian makanan sehat kepada anak. Selain itu, secara berkala guru kelas melakukan evaluasi terhadap unsur gizi seimbang pada bekal anak sekolah yang disiapkan orang tua. Setelah itu, hasil evaluasi dikomunikasikan dengan orang tua.

Bagi orang tua, diharapkan hasil dari penelitian ini dapat mendorong untuk lebih meningkatkan perhatian orang tua terhadap gizi dan konsumsi anak sehari-hari. Mencari informasi dari sumber-sumber terpercaya seperti buku, situs *website* kesehatan, jurnal dan lain sebagainya. Usahakan untuk selalu menyediakan menu makanan yang mencakup berbagai jenis makanan

yang seimbang untuk anak-anak, serta menjadi contoh positif dalam hal pola makan sehat.

Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat melakukan penelitian yang lebih mendalam untuk memahami dampak jangka panjang dari pengetahuan dan implementasi orang tua dalam memberikan makanan sehat terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak-anak. Peneliti selanjutnya juga dapat menggunakan metode pengukuran yang lebih akurat untuk mengevaluasi pengetahuan orang tua tentang gizi seimbang sampai pada aspek yang lebih spesifik. Hal-hal yang terjadi diluar lokasi penelitian juga menjadi salah satu keterbatasan penelitian yang dihadapi peneliti. Sehingga diharapkan pula untuk peneliti selanjutnya untuk menggunakan lokasi atau populasi yang lebih luas.



## DAFTAR PUSTAKA

- Al-Hameed, K. A. A. (2022). Spearman's Correlation Coefficient in Statistical Analysis. *Int. J. Nonlinear Anal. Appl*, 13, 2008–6822. <https://doi.org/10.22075/ijnaa.2022.6079>
- Anshori, M., & Iswati, S. (2019). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Surabaya: Airlangga University Press.
- Bahri, M. (2022, Juli 27). *RSUD dr. H. Moch. Ansari Saleh*. Diambil kembali dari rsas.kalselprov.go.id: <http://rsas.kalselprov.go.id/berita-363-pengaruh-minat-terhadap-bakat-pada-remaja.html>
- Balai Pengembangan PAUD dan Dikmas. (2017). *Keterlibatan Orang Tua dalam Pemberian Makanan Sehat Bagi Anak Sekolah*.
- Deolika, A., Ginting, V. S., Maryana, T., Sudiyarno, R., & Kusri. (2019). Implementasi Algoritma Apriori dan Forward Chaining untuk Menentukan Makanan yang Tepat pada Penderita Diabetes. *Jurnal Teknologi Informasi*, 207-211.
- Dhirisma, F., & Moerdhanti, I. A. (2022). Relationship Between Education Level And Public Knowledge About Hipertension In Posbindu Desa Srigading, Sanden, Bantul, Yogyakarta. *Jurnal Akfarindo*, 7(1), 40–44.
- Elvira, M., & Santoso, S. T. P. (2022). Edukasi Pengasuhan Anak Melalui Keterlibatan Ayah di TK Islam Al Maarif Singosari. *J. A. I : Jurnal Abdimas Indonesia*, 2(3), 2797–2887. <https://dmi-journals.org/jai/>
- Erminawati. (2019). *Makanan Sehat*. Bandung: PT Sarana Pancakarya Nusa.
- Fitriana, A. A. (2020). Pemahaman Orang Tua Mengenai Gizi Anak. *Jurnal Pendidikan Modern*, 96-101.
- Harigustian, Y. (2020). Tingkat Pengetahuan Penanganan Tersedak Pada Ibu Yang Memiliki Balita di Perumahan Graha Sedayu Sejahtera. *Jurnal Keperawatan*, 12(3), 162–169.

- Hastuti, E. P., Setiasari, R., & Oktariani, L. (2021). Meningkatkan Pengetahuan Gizi Seimbang untuk Anak 1-6 Tahun Melalui Penyuluhan Pada Orang Tua. *Syntax Idea*, 3(3), 505–512.
- Insani, A. (2022). Pemenuhan Asupan Gizi Anak Melalui Bekal Makanan Sehat Bagi Kesehatan Anak Usia Dini. *Journal of Innovation Research and Knowledge*, 2(3), 843–848.
- Jatmikowati, T. E., Nuraini, K., Winarti, D. R., & Adwitiya, A. B. (2023). Peran Guru dan Orang Tua dalam Pembiasaan Makan Makanan Sehat pada Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 1279-1294.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2014). *Pedoman Gizi Seimbang*. Kementerian Kesehatan RI.
- Ma'arif, M. S., & Harnaeni, N. (2023). Pengaruh Kepemimpinan dan Disiplin Kerja Terhadap Kinerja Karyawan pada PT. Bank Permata Wilayah Jakarta Timur. *Jurnal Parameter*, 117-127.
- Maulani, S., Rizkiyani, F., & Sari, D. Y. (2021). Pemahaman Orang Tua Mengenai Gizi Seimbang pada Anak Usia 4-5 Tahun. *Kiddo: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 2(2), 154–168. <https://doi.org/10.19105/kiddo.v2i2.4186>
- Melani, F. I., & Barokah, L. (2020). Pengetahuan Wanita Usia Subur Tentang Kontrasepsi Pil. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 9(2), 1037–1043. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.456>
- Miftahuddin, Pratama, A., & Setiawan, I. (2021). Analisis Hubungan Antara Kelembaban Relatif Dengan Beberapa Variabel Iklim Dengan Pendekatan Korelasi Pearson Di Samudera Hindia. *Jurnal Siger Matematika*, 02(01), 25–33.
- Muhimah, H., & Farapti. (2023). Ketersediaan dan Perilaku Konsumsi Makanan Jajanan dengan Status Gizi pada Anak Sekolah Dasar. *Media Gizi Kesmas*, 12(1), 575–582. <https://doi.org/10.20473/mgk.v12i1.2023.575-582>

- Munira, S. L. (2023). *Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022*.  
<https://ayosehat.kemkes.go.id/materi-hasil-survei-status-gizi-indonesia-ssgi-2022>
- Napitupulu, E. L. (2022, Februari 21). *Sarapan Belum Jadi Kebiasaan Anak-anak Indonesia*. Diambil kembali dari kompas.id:  
<https://www.kompas.id/baca/kesehatan/2022/02/21/sarapan-belum-jadi-kebiasaan-bagi-anak-anak-Indonesia>
- Nengah, I., Ahmad, F., Chrysella, R., Ayu, D. S., Farah, K., Fitria, F., Happy, N. E. S., Hieronimus, A. N. U., Safiinattunnajah, N., Wahyu, A. D., Yunita, A., & Rahem, A. (2020). Hubungan Usia dengan Pengetahuan dan Perilaku Penggunaan Suplemen Pada Mahasiswa Institut Teknologi Sepuluh Nopember. *Jurnal Farmasi Komunitas*, 7(1), 1–7.
- Nurmaliza, & Herlina, S. (2019). Hubungan Pengetahuan dan Pendidikan Ibu Terhadap Status Gizi Balita. *Jurnal Kesmas Asclepius*, 106-115.
- Pariati, & Jumriani. (2020). Gambaran Pengetahuan Kesehatan Gigi dengan Penyuluhan Metode Storytelling pada Siswa Kelas III dan IV SD Inpres Mangasa Gowa. *Media Kesehatan Gigi*, 19(2), 7–13.
- Prabowo, G. R. K. (2021). Pengaruh Minat Baca Pemuda terhadap Tingkat Perkembangan Intelektual Masyarakat. *Lifelong Education Journal*, 1(2).  
<https://journal.imadiklus.or.id/index.php/lej>
- Puji, A. (2022, Maret 18). *Hello Sehat*. Diambil kembali dari Hello Sehat Kementerian Kesehatan Republik Indonesia:  
<https://helohealth.com/nutrisi/tips-makan-sehat/cara-memasak-pengaruh-nutrisi/>
- Puspa, M. (2023, Juni 6). *parapuan*. Diambil kembali dari gridhealth.id:  
<https://health.grid.id/read/353803506/semakin-bertambah-usia-orang-akan-hilang-ingatan-mitos-atau-fakta?page=all>

- Santoso, S. T. P., & Sugiri, W. A. (2022). Proses Adaptasi Perilaku Personal hygiene Pada Anak Usia Dini. *PAUDIA*, *11*(2), 562–572. <https://doi.org/10.26877/paudia.v9i1.11519>
- Santoso, S. T. P., & Wayan Utama, I. (2019). Profil Kemampuan Asertif pada Usia Pra Sekolah. *Jurnal Perkembangan dan Pendidikan Anak Usia Dini*, *1*(1), 29–42.
- Sukardi. (2021). *Metodologi Penelitian Pendidikan: Kompetensi dan Praktiknya, Edisi Revisi*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Sukmono, R. (2023, May 9). *klc2.kemenkeu.go.id*. Diambil kembali dari Kemenkeu Learning Center: <https://klc2.kemenkeu.go.id/kms/knowledge/korelasi-spearman-2038c876/detail/>
- Suryaalamsah, I. I., Kushargina, R., & Stefani, M. (2019). “Gerebek Sekolah” (Gerakan Membawa Bekal Makan dan Minum ke Sekolah) Sebagai Upaya Pemenuhan Gizi Murid SDN Pesanggrahan 02 Jakarta Selatan. *Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat*, 2–6. <http://jurnal.umj.ac.id/index.php/semnaskat>
- Suwaroyo, P. A. W., & Yuwono, P. (2020). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Tingkat Pengetahuan Masyarakat dalam Mitigasi Bencana Alam Tanah Longsor. *University Research Colloquium*, 305–314.
- Syahroni, M. H. A., Astuti, N., Indrawati, V., & Ismawati, R. (2021). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kebiasaan Makan Anak Usia Prasekolah (4-6 Tahun) Ditinjau dari Capaian Gizi Seimbang. *Jurnal Tata Boga*, *10*(1), 12–22. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-tata-boga/>
- Tadale, D. L., Ramadhan, K., & Nurfatimah. (2020). Peningkatan Pengetahuan Ibu Balita Terkait Gizi Seimbang Balita untuk Mencegah Stunting Melalui Penyuluhan. *Community Empowerment*, *6*(1), 48–53. <https://doi.org/10.31603/ce.4379>

Widyaningrum, E. A., Admaja, W., Astuti, L. W., & Masyriqoh, B. (2021). Pengaruh Usia dan Jenis Kelamin Terhadap Pengetahuan serta Perilaku Penggunaan Suplemen di Masa Pandemi pada Mahasiswa Iik Bhakti Wiyata. *Majalah Farmasetika*, 6(1), 49–59.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.24198/mfarmasetika.v6i0>

Yogyakarta, B. P. (2017). *Repositori Institusi Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset dan Teknologi*. Diambil kembali dari Repositori Kemdikbud: <https://repositori.kemdikbud.go.id/21423/>

## LAMPIRAN

### Lampiran 1 Surat Izin Survey dari Fakultas



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG  
FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN  
JalanGajayana 50, Telepon (0341) 552398 Faximile (0341) 552398 Malang  
[http:// fitk.uin-malang.ac.id](http://fitk.uin-malang.ac.id). email : [fitk@uin\\_malang.ac.id](mailto:fitk@uin_malang.ac.id)

Nomor : 122/Un.03.1/TL.00.1/01/2024 10 Januari 2024  
Sifat : Penting  
Lampiran : -  
Hal : Izin Survey

Kepada

Yth. Kepala TK Islam Almaarif Singosari  
di  
Malang

*Assalamu'alaikum Wr. Wb.*

Dengan hormat, dalam rangka penyusunan proposal Skripsi pada Jurusan Pendidikan Islam Anak Usia Dini (PIAUD) Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan (FITK) Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, kami mohon dengan hormat agar mahasiswa berikut:

Nama : Indi Diana Fakhriya  
NIM : 200105110006  
Tahun Akademik : Genap - 2023/2024  
Judul Proposal : **Hubungan Pengetahuan Orang Tua tentang Gizi Seimbang Terhadap Pemberian Menu Makanan Sehat pada Anak**

Diberi izin untuk melakukan survey/studi pendahuluan di lembaga/instansi yang menjadi wewenang Bapak/Ibu

Demikian, atas perkenan dan kerjasama Bapak/Ibu yang baik disampaikan terimakasih.

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb.*

an Dekan,  
Wakil Dekan Bidang Akaddemik  
  
Muhammad Walid, MA  
NIP. 19730823 200003 1 002

Tembusan :

1. Ketua Program Studi PIAUD
2. Arsip

## Lampiran 2 Surat Izin Penelitian dari Fakultas



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG  
FAKULTAS ILMU TARBİYAH DAN KEGURUAN  
Jalan Gajayana 50, Telepon (0341) 552398 Faximile (0341) 552398 Malang  
<http://fitk.uin-malang.ac.id> email : [fitk@uin-malang.ac.id](mailto:fitk@uin-malang.ac.id)

Nomor : 212/Un.03.1/TL.00.1/01/2024  
Sifat : Penting  
Lampiran : -  
Hal : Izin Penelitian

19 Januari 2024

Kepada

Yth. Kepala TK Islam Almaarif  
di  
Malang

*Assalamu'alaikum Wr. Wb.*

Dengan hormat, dalam rangka menyelesaikan tugas akhir berupa penyusunan skripsi mahasiswa Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan (FITK) Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, kami mohon dengan hormat agar mahasiswa berikut:

Nama : Indi Diana Fakhriya  
NIM : 200105110006  
Jurusan : Pendidikan Islam Anak Usia Dini (PIAUD)  
Semester - Tahun Akademik : Genap - 2023/2024  
Judul Skripsi : Hubungan Pengetahuan Orang Tua tentang Gizi Seimbang terhadap Pemberian Menu Makanan Sehat pada Anak  
Lama Penelitian : Februari 2024 sampai dengan April 2024 (3 bulan)

diberi izin untuk melakukan penelitian di lembaga/instansi yang menjadi wewenang Bapak/Ibu.

Demikian, atas perkenan dan kerjasama Bapak/Ibu yang baik di sampaikan terimakasih.

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb.*



Dekan,  
Almaarif, Kepala Bidang Akademik

hammad Walid, MA  
19730823 200003 1 002

Tembusan :

1. Yth. Ketua Program Studi PIAUD
2. Arsip

## Lampiran 3 Surat Permohonan Validator 1



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG  
**FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN**  
Jalan Gajayana 50, Telepon (0341) 552398 Faximile (0341) 552398 Malang  
[http:// fitk.uin-malang.ac.id](http://fitk.uin-malang.ac.id). email : [fitk@uin\\_malang.ac.id](mailto:fitk@uin_malang.ac.id)

Nomor : B- 229 /Un.03/FITK/PP.00.9/01/2024 22 Januari 2024  
Lampiran : -  
Perihal : Permohonan Menjadi Validator (Ahli Materi)

Kepada Yth.  
Dr. Bintoro Widodo, M. Kes  
di -  
Tempat

**Assalamualaikum Wr. Wb.**

Sehubungan dengan proses penyusunan skripsi mahasiswa berikut:

Nama : Indi Diana Fakhriya  
NIM : 200105110006  
Program Studi : Pendidikan Islam Anak Usia Dini (PIAUD)  
Judul Skripsi : Hubungan Pengetahuan Orang Tua tentang Gizi Seimbang terhadap Pemberian Menu Makanan Sehat pada Anak  
Dosen Pembimbing : Sandy Tegariyani Putri Santoso, M. Pd

maka dimohon Bapak/Ibu berkenan menjadi validator penelitian tersebut. Adapun segala hal berkaitan dengan apresiasi terhadap kegiatan validasi sebagaimana dimaksud sepenuhnya menjadi tanggung jawab mahasiswa bersangkutan.

Demikian Permohonan ini disampaikan, atas perkenan dan kerjasamanya yang baik disampaikan terima kasih.

**Wassalamu'alaikum Wr. Wb.**





## Lampiran 4 Surat Permohonan Validator 2



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG  
**FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN**  
Jalan Gajayana 50, Telepon (0341) 552398 Faximile (0341) 552398 Malang  
http:// fitk.uin-malang.ac.id. email : fitk@uin\_malang.ac.id

Nomor : B- 328 /Un.03/FITK/PP.00.9/01/2024 29 Januari 2024  
Lampiran : -  
Perihal : Permohonan Menjadi Validator (Ahli Materi)

Kepada Yth.  
**Abu Bakar, S.Kep., Ns., M.Kep**  
di -  
Tempat

**Assalamualaikum Wr. Wb.**

Sehubungan dengan proses penyusunan skripsi mahasiswa berikut:

Nama : Indi Diana Fakhriya  
NIM : 200105110006  
Program Studi : Pendidikan Islam Anak Usia Dini (PIAUD)  
Judul Skripsi : Hubungan Pengetahuan Orang Tua tentang Gizi Seimbang terhadap Pemberian Menu Makanan Sehat pada Anak  
Dosen Pembimbing : Sandy Tegariyani Putri Santoso, M. Pd

maka dimohon Bapak/Ibu berkenan menjadi validator penelitian tersebut. Adapun segala hal berkaitan dengan apresiasi terhadap kegiatan validasi sebagaimana dimaksud sepenuhnya menjadi tanggung jawab mahasiswa bersangkutan.

Demikian Permohonan ini disampaikan, atas perkenan dan kerjasamanya yang baik disampaikan terima kasih.

**Wassalamu'alaikum Wr. Wb.**



Wakil Dekan Bid. Akademik

Dr. Muhammad Walid, M.A.  
NIP. 196309011982000031002

## Lampiran 5 Surat Bukti Penelitian



Yayasan Pendidikan Almaarif Singosari  
SK.Menkumham No. : AHU-00032474.AH.01.12. Tahun 2021/Akta Notaris Prima Cipta Budi Santoso,SH

# TK ISLAM ALMAARIF

NSS : 004051805264 NPSN : 20575961

Terakreditasi "A"

Jl. Masjid No. 137 Telp. (0341) 452955 Singosari Malang 65153

### SURAT KETERANGAN

Nomor: 015/YPA/TKA-06/V/2024

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Yang bertanda tangan di bawah ini, Kepala TK Islam Almaarif Singosari

Menerangkan bahwa:

Nama : Indi Diana Fakhriya  
NIM : 200105110006  
Fakultas/ Jurusan : FITK/ PIAUD  
Instansi : UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Yang tersebut di atas benar-benar telah melakukan penelitian guna penyusunan Skripsi mulai tanggal 5 Februari 2024 sampai 24 Februari 2024 dengan judul "**Hubungan Pengetahuan Orang Tua tentang Gizi Seimbang Terhadap Pemberian Menu Makanan Sehat pada Anak**".

Demikian surat keterangan ini disampaikan, agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Wassalamualaikum Wr. Wb.

Singosari, 24 Februari 2024

Kepala TK Islam Almaarif Singosari



**INDAH SUBEKTI, M.Pd**

NIP. 196508112007012007

**Lampiran 6 Instrumen Validator 1**

**SURAT KETERANGAN VALIDASI INSTRUMEN PENELITIAN**

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama: Dr. Bintoro Widodo, M. Kes

NIP : 197604052008011018

Setelah membaca, menelaah dan mencermati instrumen penelitian yang akan digunakan untuk penelitian berjudul "**Hubungan Pengetahuan Orang Tua tentang Gizi Seimbang terhadap Pemberian Menu Makanan Sehat pada Anak**" yang dibuat oleh:

Nama : Indi Diana Fakhriya

NIM : 200105110006

Program Studi : Pendidikan Islam Anak Usia Dini (PIAUD)

Fakultas : Ilmu Tarbiyah dan Keguruan

Dengan ini menyatakan instrumen lembar penilaian tersebut (✓)

- Layak digunakan untuk mengambil data tanpa revisi.
- Layak digunakan untuk mengambil data dengan revisi sesuai saran.
- Tidak layak.

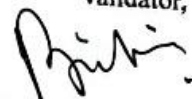
Catatan (bila perlu)

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

Demikian keterangan ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Malang, 22 Januari 2024

Validator,



Dr. Bintoro Widodo, M. Kes

NIP. 197604052008011018

## Lampiran 7 Instrumen Validator 2

### SURAT KETERANGAN VALIDASI INSTRUMEN PENELITIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama: Abu Bakar, S. Kep. Ns. M. Kep  
NIP : 197703032005011010

Setelah membaca, menelaah dan mencermati instrumen penelitian yang akan digunakan untuk penelitian berjudul "**Hubungan Pengetahuan Orang Tua tentang Gizi Seimbang terhadap Pemberian Menu Makanan Sehat pada Anak**" yang dibuat oleh:

Nama : Indi Diana Fakhriya

NIM : 200105110006

Program Studi : Pendidikan Islam Anak Usia Dini (PIAUD)

Fakultas : Ilmu Tarbiyah dan Keguruan

Dengan ini menyatakan instrumen lembar penilaian tersebut (✓)

- Layak digunakan untuk mengambil data tanpa revisi.
- Layak digunakan untuk mengambil data dengan revisi sesuai saran.
- Tidak layak.

Catatan (bila perlu)

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

Demikian keterangan ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Malang, 26 Januari 2024  
Validator,



Abu Bakar, S. Kep. Ns. M. Kep  
NIP. 197703032005011010

**Lampiran 8 Validitas Perbutir Variabel X (relevansi)**

Butir	Validator		s1	s2	$\Sigma s$	n(c-1)	V	Ket
	1	2						
Butir_1	4	3	3	2	5	6	0.8333333	VALID
Butir_2	3	4	2	3	5	6	0.8333333	VALID
Butir_3	4	4	3	3	6	6	1	VALID
Butir_4	3	4	2	3	5	6	0.8333333	VALID
Butir_5	4	4	3	3	6	6	1	VALID
Butir_6	4	4	3	3	6	6	1	VALID
Butir_7	3	4	2	3	5	6	0.8333333	VALID
Butir_8	4	4	3	3	6	6	1	VALID
Butir_9	4	4	3	3	6	6	1	VALID
Butir_10	4	4	3	3	6	6	1	VALID
Butir_11	3	3	2	2	4	6	0.6666667	VALID
Butir_12	4	3	3	2	5	6	0.8333333	VALID
Butir_13	4	4	3	3	6	6	1	VALID
Butir_14	4	4	3	3	6	6	1	VALID
Butir_15	3	4	2	3	5	6	0.8333333	VALID
Butir_16	4	4	3	3	6	6	1	VALID
Butir_17	4	4	3	3	6	6	1	VALID
Butir_18	4	4	3	3	6	6	1	VALID
Butir_19	4	3	3	2	5	6	0.8333333	VALID
Butir_20	4	4	3	3	6	6	1	VALID

**Lampiran 9 Validitas Perbutir Variabel X (kejelasan)**

Butir	Validator		s1	s2	$\Sigma s$	n(c-1)	V	Ket
	1	2						
Butir_1	4	3	3	2	5	6	0.833333	VALID
Butir_2	4	4	3	3	6	6	1	VALID
Butir_3	4	4	3	3	6	6	1	VALID
Butir_4	3	4	2	3	5	6	0.833333	VALID
Butir_5	4	4	3	3	6	6	1	VALID
Butir_6	4	4	3	3	6	6	1	VALID
Butir_7	3	4	2	3	5	6	0.833333	VALID
Butir_8	3	4	2	3	5	6	0.833333	VALID
Butir_9	4	4	3	3	6	6	1	VALID
Butir_10	4	4	3	3	6	6	1	VALID
Butir_11	3	3	2	2	4	6	0.666667	VALID
Butir_12	4	3	3	2	5	6	0.833333	VALID
Butir_13	4	4	3	3	6	6	1	VALID
Butir_14	3	4	2	3	5	6	0.833333	VALID
Butir_15	4	4	3	3	6	6	1	VALID
Butir_16	4	4	3	3	6	6	1	VALID
Butir_17	3	4	2	3	5	6	0.833333	VALID
Butir_18	4	4	3	3	6	6	1	VALID
Butir_19	4	3	3	2	5	6	0.833333	VALID
Butir_20	3	4	2	3	5	6	0.833333	VALID

**Lampiran 10 Validitas Perbutir Variabel Y (relevansi)**

Butir	Validator		s1	s2	$\Sigma s$	n(c-1)	V	Ket
	1	2						
Butir_1	3	4	2	3	5	6	0.833333	VALID
Butir_2	3	3	2	2	4	6	0.666667	VALID
Butir_3	3	3	2	2	4	6	0.666667	VALID
Butir_4	3	3	2	2	4	6	0.666667	VALID
Butir_5	4	4	3	3	6	6	1	VALID
Butir_6	4	4	3	3	6	6	1	VALID
Butir_7	3	4	2	3	5	6	0.833333	VALID
Butir_8	4	4	3	3	6	6	1	VALID
Butir_9	3	4	2	3	5	6	0.833333	VALID
Butir_10	3	4	2	3	5	6	0.833333	VALID

**Lampiran 11 Validitas Perbutir Variabel Y (kejelasan)**

Butir	Validator		s1	s2	$\Sigma s$	n(c-1)	V	Ket
	1	2						
Butir_1	3	4	2	3	5	6	0.833333	VALID
Butir_2	3	4	2	3	5	6	0.833333	VALID
Butir_3	3	3	2	2	4	6	0.666667	VALID
Butir_4	4	3	3	2	5	6	0.833333	VALID
Butir_5	4	4	3	3	6	6	1	VALID
Butir_6	4	4	3	3	6	6	1	VALID
Butir_7	3	4	2	3	5	6	0.833333	VALID
Butir_8	4	4	3	3	6	6	1	VALID
Butir_9	3	4	2	3	5	6	0.833333	VALID
Butir_10	3	4	2	3	5	6	0.833333	VALID

**Lampiran 12 Reliabilitas Perbutir Variabel X****Item-Total Statistics**

	Cronbach's Alpha if Item Deleted
soal_1	.857
soal_2	.847
soal_3	.818
soal_4	.852
soal_5	.854
soal_6	.851
soal_7	.854
soal_8	.831
soal_9	.804
soal_10	.841
soal_11	.849
soal_12	.848
soal_13	.855
soal_14	.848
soal_15	.855
soal_16	.839
soal_17	.855
soal_18	.855
soal_19	.832
soal_20	.841

**Lampiran 13 Reliabilitas Perbutir Variabel Y****Item-Total Statistics**

	Cronbach's Alpha if Item Deleted
soal_1	.801
soal_2	.842
soal_3	.852
soal_4	.858
soal_5	.842
soal_6	.839
soal_7	.870
soal_8	.834
soal_9	.858
soal_10	.864



## BIODATA MAHASISWA



**Nama** : Indi Diana Fakhriya  
**NIM** : 200105110006  
**Tempat Tanggal Lahir** : Malang, 24 Desember 2002  
**Fakultas/Prog. Studi** : FITK/ Pendidikan Islam Anak Usia Dini (PIAUD)  
**Tahun Masuk** : 2020  
**Alamat Rumah** : Jl. Masjid Barat No.137 RT. 05 RW. 05 Candirenggo  
Singosari, Kabupaten Malang  
**No. Tlp** : 081359673533  
**Alamat email** : [indidiana1@gmail.com](mailto:indidiana1@gmail.com)

Malang, 28 Mei 2024

Mahasiswa,

Indi Diana Fakhriya  
NIM. 200105110006