

**ANALISIS PERAN ORANG TUA TERHADAP PEMBERIAN  
GIZI SEIMBANG UNTUK BEKAL ANAK DI PAUD  
BINA HARAPAN DESA MUARA TABUN**

**SKRIPSI**



**Sri Nikmatul Azhima**

**A1F117021**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU PENDIDIKAN ANAK USIA DINI  
JURUSAN PENDIDIKAN ANAK USIA DINI DAN DASAR  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS JAMBI**

**2021**

## **ABSTRAK**

*Azhima, Sri Nikmatul. 2021. "Analisis Peran Orang Tua Terhadap Pemberian Gizi Seimbang Untuk Bekal Anak Di PAUD Bina Harapan Desa Muara Tabun": Skripsi, Jurusan Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, FKIP Universitas Jambi, Pembimbing: (I) Dr. Indryani, S.Pd., M.Pd.I (II) Dr. Haryanto, M. Kes*

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran orang tua terhadap pemberian gizi seimbang untuk bekal anak di PAUD Bina Harapan Desa Muara Tabun. Bekal makanan adalah makanan yang dimasukkan kedalam kotak atau tempat yang mempermudah dalam pembawaannya, makanan yang sehat dan bergizi seimbang dibutuhkan anak sebagai penunjang dalam beraktivitas sehari-hari, oleh karena itu membiasakan membawa bekal makanan ke sekolah merupakan gaya hidup yang sebaiknya diberikan kepada anak oleh setiap orang tua. Jenis penelitian yang dilakukan adalah penelitian deskriptif kuantitatif. Sampel penelitian ini ialah seluruh orang tua anak di PAUD Bina Harapan desa Muara Tabun dengan jumlah anak sebanyak 35 anak.

Penelitian ini menggunakan pengolahan data dari hasil sebaran angket dari 35 responden yaitu orang tua anak terhadap 25 item pernyataan dari indikator peran orang tua terhadap pemberian gizi seimbang untuk bekal anak di PAUD Bina Harapan Muara Tabun. Kesimpulan pada penelitian ini yaitu analisis peran orang tua terhadap pemberian gizi seimbang untuk bekal anak di PAUD Bina Harapan desa Muara Tabun secara umum berada pada kategori "Baik" dengan berdasarkan presentase hasil sebaran angket mencapai 67%.

**Kata kunci :** Peran orang tua, gizi seimbang, bekal anak

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur atas kehadiran Allah Subhanahu wa Ta'ala serta rahmat dan karunia-Nya yang dilimpahkan kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi berjudul “Analisis Peran Orang Tua Terhadap Pemberian Gizi Seimbang Untuk Bekal Anak Di PAUD Bina Harapan Desa Muara Tabun”. dapat terealisasi dengan baik. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan dari Universitas Jambi.

Selanjutnya, penulis menyadari bahwa penyelesaian skripsi ini tidak terlepas dari bantuan dan bimbingan berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Drs. H. Hendra Sofyan, M.Si selaku ketua Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Jambi
2. Ibu Dr. Indriyani, S.Pd., M.Pd.I selaku pembimbing utama yang telah memberikan dukungan dan motivasi yang sangat berarti bagi saya
3. Bapak Dr. Haryanto, M. Kes selaku pembimbing kedua yang telah memberikan dukungan dan motivasi yang sangat berarti bagi saya
4. Bapak-bapak dan Ibu-ibu Dosen Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Jambi.
5. Bapak Prof. Dr. M. Rusdi, M. Sc selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Jambi.

6. Bapak Dr. Yantoro, M.Pd selaku Ketua Jurusan Pendidikan Anak Usia Dini dan Dasar Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Jambi.

7. Ibu Elna Wati selaku kepala sekolah PAUD Bina Harapan desa Muara Tabun, ibu Elanopita, ibu Hotmawati, dan bapak Surbaini selaku staff bendahara di PAUD Bina Harapan yang telah membantu saya selama penelitian disekolah.

8. Kepada orang tuaku tercinta dan tersayang, terkhusus kepada Ibunda Fauziah, Ayahanda Abdul Muthalib, abang-abangku tercinta Fauzan Fitrah dan Muzanni, serta teman saya Annisa Rachmadiana K, Weni junika, Ventinirma, dan Desi Wahyu Liasari yang sangat banyak memberikan bantuan moril, material, doa, dukungan serta seluruh curahan kasih sayang yang tidak pernah berhenti.

9. Kepada saudara-saudara, kerabat, dan Teman- teman seperjuangan angkatan 2017 yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah memberikan semangat kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan perkuliahan ini.

Akhir kata, dengan segala hormat dan kerendahan hati penulis mengucapkan terimakasih dan berharap semoga proposal skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan membari masukan dalam dunia pendidikan.

Jambi, 2021

Penulis

## DAFTAR ISI

|                                                                      |            |
|----------------------------------------------------------------------|------------|
| <b>ABSTRAK .....</b>                                                 | <b>ii</b>  |
| <b>KATA PENGANTAR.....</b>                                           | <b>iii</b> |
| <b>DAFTAR ISI.....</b>                                               | <b>1</b>   |
| <b>DAFTAR TABEL .....</b>                                            | <b>3</b>   |
| <b>DAFTAR GAMBAR.....</b>                                            | <b>4</b>   |
| <b>BAB I.....</b>                                                    | <b>5</b>   |
| 1.1 Latar belakang.....                                              | 5          |
| 1.2 Identifikasi masalah .....                                       | 8          |
| 1.3 Batasan masalah.....                                             | 8          |
| 1.4 Rumusan masalah penelitian.....                                  | 9          |
| 1.5 Tujuan penelitian .....                                          | 9          |
| 1.6 Manfaat Penelitian .....                                         | 9          |
| <b>BAB II .....</b>                                                  | <b>27</b>  |
| 2.1 Peran orang tua .....                                            | 27         |
| 2.1.1 Peran orang tua dalam pemberian gizi seimbang kepada anak..... | 27         |
| 2.1.2 tujuan pemberian makanan yang baik kepada anak .....           | 28         |
| 2.2 Gizi seimbang .....                                              | 30         |
| 2.2.1 Pengertian gizi .....                                          | 30         |
| 2.2.2 Fungsi gizi.....                                               | 34         |
| 2.2.3 Pengertian gizi seimbang .....                                 | 37         |
| 2.2.4 Menu makanan sehat.....                                        | 38         |
| 2.3 Bekal makanan.....                                               | 42         |
| 2.4 Penelitian Relevan .....                                         | 43         |
| 2.5 Kerangka Berpikir.....                                           | 44         |
| <b>BAB III.....</b>                                                  | <b>45</b>  |
| 3.1 Tempat dan waktu penelitian .....                                | 45         |
| 3.2 Populasi dan sampel.....                                         | 45         |
| 3.2.1 Populasi.....                                                  | 45         |
| 3.2.2 Sampel.....                                                    | 45         |
| 3.3 Teknik pengambilan sampel .....                                  | 45         |
| 3.4 Jenis penelitian.....                                            | 46         |
| 3.5 instrumen penelitian.....                                        | 46         |

|                                                       |           |
|-------------------------------------------------------|-----------|
| 3.6 Teknik pengumpulan data .....                     | 47        |
| 3.6.1 Angket.....                                     | 47        |
| 3.7 Sumber data .....                                 | 48        |
| 3.8 Teknik analisis data.....                         | 48        |
| <b>BAB IV .....</b>                                   | <b>51</b> |
| 4.1 Deskripsi data.....                               | 51        |
| 4.1.1 Deskripsi data hasil secara umum .....          | 51        |
| 4.1.2 Deskripsi data hasil angket secara khusus ..... | 55        |
| 4.2 Penemuan penelitian .....                         | 67        |
| 4.3 Deskripsi pembahasan penelitian.....              | 68        |
| <b>BAB V.....</b>                                     | <b>80</b> |
| 5.1 Kesimpulan .....                                  | 80        |
| 5.2 Saran .....                                       | 80        |
| <b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>                           | <b>vi</b> |

### **DAFTAR TABEL**

|                                                                                               |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Tabel 2. 1 Kriteria pemenuhan gizi (Ramayulis:2008).....                                      | 18 |
| Tabel 3. 1 Kisi-kisi Instrumen Penelitian.....                                                | 28 |
| Tabel 3. 2 Angket Penelitian.....                                                             | 30 |
| Tabel 4. 1 Deskripsi Data Sebaran Angket Secara Umum.....                                     | 56 |
| Tabel 4. 2 Deskripsi Data Hasil Sebaran Angket Secara Umum.....                               | 57 |
| Tabel 4. 3 Distribusi Data Hasil Sebaran Angket Pada Aspek Orang Tua Sebagai Pembimbing.....  | 59 |
| Tabel 4. 4 Distribusi Data Hasil Sebaran Angket Pada Aspek Orang Tua Sebagai Motivator.....   | 62 |
| Tabel 4. 5 Distribusi Data Hasil Sebaran Angket Pada Aspek Orang Tua Sebagai Fasilitator..... | 66 |

## DAFTAR GAMBAR

|                                                                                                                                                                        |    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Gambar 2. 1 Kms Anak.....                                                                                                                                              | 41 |
| Gambar 2. 2 Contoh Grafik Kms Anak .....                                                                                                                               | 41 |
| Gambar 2. 3 Kerangka Berpikir .....                                                                                                                                    | 45 |
| Gambar 4. 1 Perolehan Skor Responden Dalam Analisis Peran Orang Tua<br>Terhadap Pemberian Gizi Seimbang Untuk Bekal Anak Di Paud<br>Bina Harapan Desa Muara Tabun..... | 56 |



## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar belakang**

Pendidikan sering kali diartikan sebagai usaha manusia untuk membina kepribadiannya sesuai dengan nilai-nilai di dalam masyarakat dan kebudayaannya. Dalam perkembangannya, istilah pendidikan atau paedagogic berarti bimbingan atau pertolongan yang diberikan secara sengaja oleh orang dewasa agar menjadi dewasa. Selanjutnya, pendidikan diartikan sebagai usaha yang dijalankan oleh seseorang atau kelompok orang lain agar menjadi dewasa atau mencapai tingkat hidup atau penghidupan yang lebih tinggi dalam arti mental (Djamaluddin 2014).

Orang tua merupakan sepasang ayah dan ibu yang berperan dalam merawat dan pemenuhan kebutuhan sehari-hari untuk anggota keluarganya. menurut Miami (dalam Lestari 2012:29) orang tua adalah pria dan wanita yang terikat dalam perkawinan dan siap sedia untuk memikul tanggung jawab sebagai ayah dan ibu dari anak-anak yang dilahirkannya. Selain itu, Nasution (dalam Slameto 2003:46) mengartikan orangtua adalah setiap orang yang bertanggung jawab dalam suatu keluarga atau tugas rumah tangga yang dalam kehidupan sehari-hari disebut sebagai bapak dan ibu (Novrinda, Kurniah et al. 2017).

Orang tua dirumah, terutama seorang ibu memiliki peran yang sangat penting dalam pemberian gizi kepada anak. Seorang ibu harus memiliki pemahaman tentang pemberian gizi yang baik kepada anak, agar tidak salah dalam

memberikan asupan gizi yang penting bagi tumbuh kembang anak. Menurut Yolanda, Y. A (dalam Purnama 2015) pemberian makanan sehat yang dilakukan oleh orang tua sangat penting dan mempunyai tanggung jawab sebagai pendidik untuk memenuhi kebutuhan gizi pada anak. Peran orang tua sangat dibutuhkan agar anak tidak mengkonsumsi makanan sembarangan. Orang tua memberikan pengertian pada anak tentang makanan merupakan hal yang tidak mudah, karena masih banyak anak-anak yang sudah terbiasa mengkonsumsi makanan tersebut. Tubuh akan memberikan tanda kenyang apabila energi tersebut masuk dan dapat memenuhi kebutuhan anak. Hal yang membahayakan untuk anak yang menyukai makanan atau jajanan manis dan dikonsumsi sebelum makan maka anak akan merasa kenyang, maka pentingnya mengenalkan makanan sehat pada anak sedini mungkin sehingga anak akan terbiasa dengan mengkonsumsi makanan sehat.

Berdasarkan penjelasan diatas anak usia dini seringkali disebut sebagai usia emas “golden age”. Pada masa ini orang tua yang ada disekitar anak harus memiliki kepekaan untuk dapat mengoptimalkan potensi yang ada dalam diri anak. Salah satu upaya yang dapat dilakukan oleh orang tua untuk mengoptimalkan potensi anak adalah dengan memberikan stimulasi dan juga asupan gizi yang sesuai dengan kebutuhan anak. Sehingga ketika kebutuhan gizi anak terpenuhi dengan baik, maka anak juga dapat tumbuh dan berkembang dengan optimal.

Menurut Fikriyanti (2013) anak usia prasekolah adalah anak berusia 3-6 tahun. Usia ini merupakan periode emas seorang anak dalam pertumbuhan dan perkembangan sehingga perlu dilakukan penilaian status gizi untuk memantau pertumbuhannya. Pada usia prasekolah, anak bergerak aktif bermain bersama

teman-temannya, tertarik mempelajari hal baru didapat. Anak mempunyai tingkat aktifitas yang cukup tinggi, maka diperlukan asupan tinggi juga agar tercapai keseimbangan antara jumlah asupan dengan energi yang dikeluarkan dan juga agar kesehatan anak tetap optimal. Hal ini dapat dicapai dengan pemenuhan gizi sesuai umur anak dalam kehidupan sehari-hari Fikriyanti (dalam Wong, 2008).

Makanan yang bergizi akan mempengaruhi perkembangan fisik anak. Oleh karena itu, makanan yang dikonsumsi anak sebaiknya beraneka ragam, dan mengandung berbagai vitamin. Dalam pertumbuhan anak diperlukan gizi yang seimbang, supaya seluruh anggota badan dapat tumbuh secara wajar, pertumbuhan otot dan tulang dapat kuat, sehat dan nantinya bermanfaat. Selain perkembangan fisik, perkembangan psikis juga sangat dipengaruhi oleh kualitas gizi terutama dalam pembentukan pribadi anak. Cipta, rasa, dan karsa anak akan berkembang dan suatu saat akan menjadi matang. Jika psikisnya telah matang diharapkan pribadinya menjadi dewasa, terutama kecerdasan intelektual, kecerdasan spiritual, serta segenap potensi lain yang dimiliki anak (Mariasi, C. 2017).

Kebutuhan zat gizi merupakan kebutuhan yang sangat penting dalam membantu proses pertumbuhan dan perkembangan anak serta mencegah terjadinya berbagai penyakit akibat kurangnya zat gizi dalam tubuh seperti kekurangan energi dan protein, anemia dll. Selain itu kebutuhan gizi dapat membantu dalam aktifitas sehari-hari karena zat gizi merupakan sumber tenaga yang dibutuhkan berbagai organ dalam tubuh, dan juga sebagai sumber pembangun dan pengatur dalam tubuh. Sebagai sumber energi dapat diperoleh dari karbohidrat sebanyak 50-55%, lemak sebanyak 30-35% dan protein sebanyak 15%. Pemenuhan zat gizi

pada anak harus mengandung zat gizi seimbang Andriani, M (dalam Wirjatmadi B, 2012).

Biasanya bekal yang dibawa anak kesekolah cenderung monoton dan hanya beberapa jenis makanan saja. Masalah pola makanan dan gizi yang sering terjadi di rentang usia anak 3-5 tahun antara lain adalah tidak suka sayuran, pilih-pilih makanan, dan cenderung menyukai “junk food” (Kurniasih dkk, 2010). Pengetahuan orang tua tentang gizi sangat berperan penting menentukan pilihan makanan anak yang bergizi seimbang, karena orang tua yang menyediakan makanan untuk anak, selain itu orang tua juga merupakan orang terdekat yang dapat mendidik dan menjaga pola makan anak.

## **1.2 Identifikasi masalah**

Dari latar belakang diatas dapat disimpulkan identifikasi masalahnya adalah sebagai berikut :

- 1.2.1 Orang tua abai terhadap pemberian gizi seimbang
- 1.2.2 Anak lahap memakan bekal yang dibawa ke sekolah
- 1.2.3 Berat badan anak tidak sesuai dengan usia anak
- 1.2.4 Tinggi badan anak tidak sesuai dengan usia anak
- 1.2.5 Lingkar kepala anak tidak sesuai KMS anak

## **1.3 Batasan masalah**

Agar masalah yang diteliti tidak terlalu luas dan merambah ke masalah lain, maka permasalahan ini dibatasi pada:

1.3.1 penelitian ini tentang peran orang tua terhadap pemberian gizi seimbang untuk bekal anak

1.3.2 Subjek penelitian ini adalah orang tua anak

#### **1.4 Rumusan masalah penelitian**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan di atas, dapat dirumuskan permasalahan penelitian yaitu, Bagaimana peran orang tua terhadap pemberian gizi seimbang untuk bekal anak di Paud Bina Harapan Desa Muara Tabun?

#### **1.5 Tujuan penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah diatas maka tujuan penelitian adalah Untuk menganalisis peran orang tua terhadap pemberian gizi seimbang untuk bekal anak di Paud Bina Harapan Desa Muara Tabun.

#### **1.6 Manfaat Penelitian**

Dengan melakukan penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1.6.1 Bagi peneliti:

Dengan melakukan penelitian ini dapat dijadikan sebagai wahana untuk menambah wawasan pengetahuan mengenai pemberian gizi seimbang kepada anak dan dapat diterapkan secara langsung oleh peneliti esoknya cara untuk memenuhi kebutuhan gizi seimbang untuk bekal yang dibawa anak kesekolah.

1.6.2 Bagi orang tua:

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi kepada orang tua anak khususnya ibu-ibu untuk memilih dan meberikan bekal makanan bergizi seimbang untuk dibawa anak kesekolah.

#### 1.6.3 Bagi anak:

Dengan diberikannya bekal makanan yang bergizi seimbang sehingga anak dapat tumbuh dan berkembang secara optimal serta mencegah terjadinya berbagai penyakit akibat kurangnya zat gizi dalam tubuh anak.

## **BAB II**

### **KAJIAN TEORITIK**

#### **2.1 Peran orang tua**

##### **2.1.1 Peran orang tua dalam pemberian gizi seimbang kepada anak**

Orang tua adalah pendidikan pertama bagi anak, oleh sebab itu keterlibatan orang tua dalam lembaga pendidikan anak usia dini sangat diharapkan agar dapat tercapai tujuan pendidikan anak usia dini. Menurut Ki Hadjar Dewantara dalam buku konsep dasar pendidikan anak usia dini, mengingatkan kita bahwa pendidikan merupakan tanggung jawab bersama antara keluarga, sekolah dan masyarakat. Hal senada juga diungkapkan oleh Regio Emilia yang menyatakan bahwa keterlibatan orang tua pada pendidikan anak usia dini merupakan sesuatu yang sangat penting, yang dikenal dengan pendekatan Reggio Emilia. Oleh karena itu, keterlibatan orang tua maupun masyarakat perlu dilibatkan oleh sekolah (TK) dalam rangka mendidik anak usia dini (Mumtakhonah, A. 2019).

Undang-undang No. 18 Tahun 2012 tentang pangan dinyatakan bahwa penyelenggaraan pangan bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat tentang pangan yang aman, bermutu dan bergizi bagi konsumsi masyarakat. Disamping itu, pemberian makanan dengan gizi seimbang juga dianjurkan pada pendidikan anak usia dini. Karena pemberian makanan gizi seimbang dapat mempengaruhi perkembangan otak dan pertumbuhan fisik. Hal ini tercantum pada Undang-undang No. 36 Tahun 2009 tentang kesehatan telah mengamanatkan upaya perbaikan gizi untuk meningkatkan mutu gizi perorangan dan masyarakat, antara lain melalui perbaikan pola konsumsi makanan, perilaku

sadar gizi, aktivitas fisik, kesehatan dan peningkatan akses dan mutu pelayanan gizi sesuai dengan kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi.

Berdasarkan pemaparan diatas dapat disimpulkan bahwa anak-anak adalah peniru yang handal. Karena itu, orang tua harus memiliki kebiasaan makan yang sehat agar anak-anak juga terbiasa dengan pola makan yang sehat. Orang tua sebaiknya dapat memberikan pengertian dan membiasakan diri mengkonsumsi makanan yang diperlukan tubuh, bukan sekedar makanan yang disukai. Dengan demikian orang tua bisa menjadi contoh pelaku hidup sehat bagi anak-anaknya.

Makanan yang diberikan untuk anak haruslah memenuhi hal-hal sebagai berikut :

1. Memenuhi kecukupan energi dan zat gizi sesuai umur.
2. Susunan hidangan disesuaikan dengan menu seimbang, bahan makanan setempat, kebiasaan makan, dan selera makan.
3. Bentuk dan porsi makan disesuaikan dengan daya terima, toleransi, dan keadaan anak.
4. Perhatikan kebersihan perseorangan.

### **2.1.2 tujuan pemberian makanan yang baik kepada anak**

Menurut Mariasi, C. (dalam Soegeng Santoso, 2008:6). Makanan yang bergizi dan seimbang serta stimulasi yang intensif sangat dibutuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangan anak. Makanan yang diberikan kepada anak agar dapat tumbuh dan berkembang secara optimal sebaiknya makanan yang begizi, meliputi:



- (1) bahan makanan pokok sebagai sumber zat tenaga,
- (2) bahan makanan lauk pauk sebagai sumber zat pembangun,
- (3) bahan makanan sayuran sebagai zat pengatur,
- (4) bahan makanan buah-buahan, serta
- (5) susu dan telur.

Pemberian makanan bergizi ini sangat penting bagi anak usia dini. Karena untuk mengetahui sejauh mana perkembangan anak dalam mengkonsumsi makanan yang disesuaikan dengan usia anak. Tanpa ada pemberian makanan yang bergizi maka akan terganggu pertumbuhan anak baik fisik maupun mentalnya. Untuk itu sebagai pendidik maupun orang tua harus mengetahui cara pemberian gizi yang sehat terhadap anak pada setiap tahapan perkembangan anak.

Santoso dalam buku Kesehatan dan Gizi (2013:123) pemberian makanan yang baik kepada anak juga mempunyai tujuan sebagai berikut :

1. Memberikan nutrisi yang cukup untuk pertumbuhan dan perkembangan jasmani serta psikomotorik.
2. Memelihara kesehatan dan memulihkannya ketika sakit.
3. Memberikan energi untuk melakukan berbagai aktivitas.
4. Mendidik kebiasaan yang baik tentang memakan, menyukai, dan menentukan makanan yang diperlukan tubuh.

## **2.2 Gizi seimbang**

### **2.2.1 Pengertian gizi**

Menurut Saijah (dalam Made Astawan 2006) Gizi merupakan salah satu aspek yang sangat penting dalam pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini. Pemenuhan gizi yang cukup pada anak di usia awal (0-6 tahun) dapat mempengaruhi perkembangan mental, termasuk kecerdasan anak. Kesehatan dan gizi anak sangatlah penting untuk diperhatikan, sejak dari dalam kandungan hingga lahir. Hal ini dikarenakan, kesehatan dan gizi sangat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak. Anak yang mendapatkan gizi yang seimbang serta makanan yang sehat, akan tumbuh menjadi manusia yang berkualitas, begitu pula sebaliknya

Dinar Nur (dalam Sunita Almatsier 2009: 3) “Status gizi adalah keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi, yang dibedakan antara status gizi buruk, kurang, baik, dan lebih”. Dalam pengertian yang lain Dinar Nur (dalam Suparisa 2002: 18) menjelaskan bahwa status gizi adalah ekspresi dari keadaan keseimbangan dalam bentuk variabel tertentu atau perwujudan dari nutriture dalam bentuk variabel tertentu.

Berdasarkan beberapa pendapat tentang status gizi di atas bahwa status gizi adalah status kesehatan tubuh yang dihasilkan oleh keseimbangan antara kebutuhan dan masukan nutrient, sebagai akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi, dibedakan antara status gizi, kurus, normal, resiko untuk gemuk, dan gemuk agar berfungsi secara baik bagi organ tubuh. Gizi dalam

makanan yang di konsumsi anak, terutama karbohidrat, lemak, dan protein merupakan sumber energi yang dibutuhkan untuk semua aktivitas anak.

Menurut Cakrawati (dalam Tejasari 2005:8) zat gizi diklasifikasikan ke dalam enam kelompok besar yaitu karbohidrat, protein, lemak, vitamin, mineral dan air.

### 1. Karbohidrat

Senyawa karbohidrat merupakan bagian terbesar dari senyawa organik, hal ini dikarenakan karbohidrat merupakan bahan pembentuk tumbuh-tumbuhan yang juga terdapat dalam hewan, namun dengan jumlah yang tertentu. Karbohidrat dibagi dalam tiga golongan yaitu Monosakarida (Glukosa), Oligosakarida (Glikogen) dan Polisakarida (Selulosa). Kebutuhan karbohidrat untuk anak sebanyak 60-70% dari energi total. (Waluyo, 2010: 75)

### 2. Protein

Protein merupakan zat yang dibutuhkan oleh tubuh, karena struktur komponen dalam tubuh manusia seperti otot, saraf, tulang, gigi, kulit, rambut, kuku, darah dari kelenjar terdiri dari protein. Bahkan seluruh enzim dan hormon juga terdiri dari protein.

### 3. Lemak

Lemak atau triasilgliserol merupakan senyawa yang terkandung dalam makanan, setiap makanan memiliki jumlah yang berbeda, lemak hewani terdapat dalam daging ayam, daging sapi, keju, telur dan susu. Dalam makanan nabati lemak terdapat dalam kelapa, kacang tanah,

margarine, coklat manis dan buah alpukat. Dibutuhkan tubuh 15-20%. (Uripi, 2004:15).

#### 4. Vitamin

Vitamin adalah zat organik esensial yang dibutuhkan oleh tubuh dengan jumlah yang sedikit sebagai pemelihara kesehatan dan pertumbuhan. Vitamin dibedakan menjadi dua berdasarkan kategori larut air dan larut lemak, vitamin larut air adalah thiamin (vitamin B1), riboflavin (vitamin B2), piridoksi (vitamin B6), niasin, folasin, asam pantotenat, biotin dan sianokobalamin serta asam askorbat (vitamin C). untuk vitamin larut lemak ialah retinol (vitamin A), kaliferol (vitamin D), tokoferol (vitamin E) dan vitamin K.

##### a) Thiamin (Vitamin B1)

Vitamin ini berperan sebagai perangsang nafsu makan, selain memacu pertumbuhan dan kesehatan syaraf. Namun vitamin ini juga bisa menyebabkan penyakit beri-beri.

##### b) Riboflavin

Vitamin ini berperan dalam kesehatan kulit dan mata, pembentukan sel darah merah dan antibody, serta membantu penyembuhan sariawan pada anak.

##### c) Piridoksi

Vitamin ini dikenal sebagai B6, yang berperan dalam pencernaan makanan, vitamin ini sebagai zat esensial dalam pembentukan antibody dan sel darah merah. Vitamin ini juga bisa mencegah mabuk perjalanan yang sering dialami oleh anak.

d) Niasin

Vitamin ini berfungsi dalam otak dan peredaran darah, jika kekurangan vitamin ini bisa menyebabkan sakit kepala, sakit pada gangguan anggota badan, lesu dan tidak bersemangat serta gangguan pencernaan.

e) Asam Folat

Vitamin ini melindungi anak dari serangan cacing atau parasit yang terdapat dalam saluran cerna. Selain itu vitamin ini berperan dalam pembentukan sel darah merah dan pertumbuhan, kekurangan vitamin ini bisa menyebabkan anemia dan hambatan pertumbuhan.

f) Siano-kobalamin

Vitamin ini dikenal sebagai B12, yang bekerja sama dengan asam folat dalam pembentukan butir-butir darah merah dan pemacu pertumbuhan. Vitamin ini juga merangsang nafsu makan dan berperan penting dalam kesehatan syaraf. Kekurangan vitamin ini menyebabkan anemia, nafsu makan yang menurun, menghambat pertumbuhan serta kesulitan berjalan dan berbicara pada anak.

g) Asam pantotenat

Vitamin ini dikenal sebagai B5, yang berfungsi dalam pembentukan tenaga dan merangsang pertumbuhan, vitamin ini

sangat diperlukan anak dalam pengobatan dengan antibiotic untuk jangka waktu yang lama. Vitamin B5 mampu mengurangi racun yang dihasilkan oleh obat tersebut.

#### h) Biotin

Vitamin ini mampu mencegah penyakit eksem (bintik merah dan terasa gatal) pada kulit kepala bayi, yang sering ditemui

### 5. Mineral dan Air

Mineral dan air sebagai zat pengatur, dibutuhkan tubuh dalam jumlah yang besar. Mineral digunakan anak sebagai salah faktor yang menunjang pertumbuhannya, mineral yang berguna antara lain: kalsium, besi, iodium, flour dan fosfor. Kebutuhan air pada anak sehat usia 4-5 tahun adalah 100-110 ml per kg berat badan sehari Persagi (dalam Uripi, 2004:17)

#### 2.2.2 Fungsi gizi

Menurut Dudek (dalam Uripi 2004:17) Fungsi zat gizi secara umum adalah sebagai sumber energi, zat pembangun dan pengatur. Fungsi tersebut dapat dipenuhi dari makanan yang dikonsumsi sehari-hari mencakup nasi, ikan, daging, telur, susu, sayuran, buah, gula, margarin, dan lain sebagainya. Setiap kelompok gizi memiliki fungsi masing-masing, seperti karbohidrat, protein, lemak, mineral, vitamin dan juga air. Serat pun kini menjadi komponen yang penting dalam komposisi diet makanan sehari-hari. Berikut fungsi dari zat-zat gizi yang terdapat dalam makanan :

## 1. Karbohidrat

Karbohidrat dalam makanan dapat berbentuk pati seperti yang terdapat dalam sereal atau pun gula seperti yang terkandung dalam buah-buahan. Fungsi dari karbohidrat adalah menyediakan energi yang dibutuhkan tubuh. Kelebihan karbohidrat, disimpan sebagai glikogen atau diubah menjadi lemak yang siap diubah kembali menjadi energi ketika tubuh membutuhkannya. Selain itu fungsi karbohidrat didalam tubuh adalah :

- a. Melindungi protein agar tidak dibakar sebagai penghasil energi. Bila karbohidrat yang dikonsumsi tidak mencukupi untuk kebutuhan energi dan jika tidak cukup terdapat lemak didalam makanan atau cadangan lemak yang disimpan di dalam tubuh, maka protein akan menggantikan fungsi karbohidrat.
- b. Membantu metabolisme lemak dan protein, dengan demikian dapat mencegah terjadinya ketosis dan pemecahan protein yang berlebihan.
- c. Didalam hepar berfungsi untuk detoksifikasi zat-zat toksik tertentu.
- d. Beberapa jenis karbohidrat mempunyai fungsi khusus didalam tubuh. Laktosa berfungsi membantu penyerapan kalsium. Ribosa merupakan komponen yang penting dalam asam nukleat.
- e. Beberapa golongan karbohidrat yang tidak dapat dicerna, mengandung serat (*dietary fiber*) seperti agar-agar berguna untuk pencernaan, memperlancar defekasi.

## 2. Lemak

Lemak dalam makanan dapat berbentuk minyak seperti yang ditemukan dalam biji-bijian, mentega ataupun berbentuk lemak seperti yang terdapat dalam daging. Lemak berperan dalam penyediaan energi, melarutkan vitamin larut lemak, juga sumber asam-asam lemak esensial. Selain itu, lemak berperan dalam pembentukan membran sel, agen pengemulsi, isolator panas tubuh, melindungi organ tubuh dan bersama protein sebagai alat angkut dalam metabolisme. Kelebihan lemak disimpan dalam tubuh yang akan diubah menjadi energi bila dibutuhkan oleh tubuh.

## 3. Protein

Protein dalam makanan dapat berupa kasein yang ada dalam susu, atau albumin dalam telur, globulin dalam kacang-kacangan dan gluten dalam gandum. Fungsi utama dari protein adalah membentuk jaringan baru dan memperbaiki jaringan yang rusak dalam tubuh. Protein pun berperan dalam sintesis enzim, hormon, antibodi juga sebagai penyedia energi, mengatur keseimbangan air dalam tubuh, memelihara netralitas tubuh, mengangkat zat-zat gizi. Kelebihan protein diubah menjadi karbohidrat dari lemak yang disimpan dalam tubuh.

## 4. Mineral dan air

Air diperoleh dari makanan yang dikonsumsi dan sebagian besar dari air yang diminum. Air adalah bagian penting dalam struktur tubuh dan jumlahnya sekitar 60% dari berat tubuh. Air berperan sebagai pelarut material zat gizi dan juga pembuangan ampas makanan.



Air memiliki fungsi yaitu: memelihara bentuk dan fungsi sel, mengatur suhu tubuh, membantu mencerna makanan dan absorbs zat gizi, sebagai transportasi zat gizi dan oksigen ke dalam sel, melarutkan vitamin, mineral, glukosa dan asam amino sehingga fungsi berbagai organ dalam tubuh dapat berjalan, berpartisipasi dalam reaksi biokimia di dalam tubuh, sebagai pembentuk berbagai enzim dan hormon, serta membantu mengeluarkan racun dan zat yang tidak berguna dalam tubuh.

Kalsium, fosfor, besi, iodin, merupakan sebagian mineral yang ditemukan dalam bahan pangan dalam bentuk komposisi organik dan anorganik. Mineral dibutuhkan dalam pembentukan tubuh seperti pembentukan tulang, gigi dan struktur jaringan. Mineral juga berperan dalam pengaturan proses metabolisme dalam tubuh seperti kontraksi otot, stimulus saraf, dan lain-lain.

## 5. Vitamin

Vitamin yang ada dalam makanan terdiri atas vitamin larut lemak seperti vitamin A, D, E, K, dan juga vitamin larut dalam air seperti vitamin B dan C. Vitamin berperan sebagai pengatur pada proses metabolisme tubuh.

### 2.2.3 Pengertian gizi seimbang

Lestari (dalam Almatier 2010: 294) pedoman umum gizi seimbang adalah pedoman yang disusun dalam rangka memenuhi salah satu rekomendasi Konferensi Gizi Internasional untuk mencapai dan memelihara kesehatan dan kesejahteraan gizi semua penduduk yang merupakan prasyarat untuk pembangunan sumber daya manusia. Dalam pedoman umum gizi seimbang

susunan makanan yang dianjurkan adalah yang menjamin keseimbangan zat-zat gizi. Pengelompokan bahan makanan disederhanakan, yaitu didasarkan pada tiga fungsi utama zat gizi, yaitu sebagai sumber energi, sumber zat pembangun dan sumber zat pengatur.

Yetti Wira (dalam Djoko Pekik Irianto 2006: 65) gizi seimbang adalah “Ekspresi dari keadaan keseimbangan dalam bentuk variabel tertentu atau dapat dikatakan bahwa status gizi merupakan indikator baik buruknya penyediaan makanan sehari-hari”. Status gizi yang baik diperlukan untuk mempertahankan derajat kebugaran dan kesehatan, membantu pertumbuhan bagi anak, serta menunjang prestasi olahraga.

Berdasarkan penjelasan diatas gizi seimbang (*Balanced Diet*) adalah susunan pangan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh, dengan memperhatikan prinsip keanekaragaman pangan, aktivitas fisik, perilaku hidup bersih dan mempertahankan berat badan normal untuk mencegah masalah gizi.

#### **2.2.4 Menu makanan sehat**

Suatu menu adalah susunan hidangan sekali makan yang secara keseluruhan harmonis dan saling melengkapi untuk kebutuhan makan seseorang. Dalam hal kesehatan, seringkali digunakan istilah menu adekuat yaitu menu yang mengandung semua golongan bahan makanan yang dibutuhkan dengan memperhatikan keseimbangan unsur-unsur gizi yang terkandung di dalamnya. Konsep menu adekuat menekankan unsur gizi yang dibutuhkan oleh tubuh, yaitu

pemberi tenaga atau energi, penyokong pertumbuhan, pembangun dan pemelihara jaringan tubuh serta pengatur metabolisme (Santoso, 2013: 123).

Lestari, D (2017) nutrisi makanan sangat bermanfaat bagi tubuh dalam membantu proses pertumbuhan dan perkembangan anak serta mencegah terjadinya penyakit akibat kurang nutrisi pada tubuh seperti kekurangan energi dan protein, anemia, defisiensi yodium, defisiensi seng, defisiensi vitamin A yang menghambat proses tumbuh kembang anak. Sumber tenaga nutrisi dapat diperoleh dari karbohidrat sebesar 50-55%, dari lemak 30-35% dan protein sebanyak 15%. Pemenuhan nutrisi pada anak harus seimbang dan mengandung semua zat gizi yang diperlukan tubuh.

Menu makanan sehat memiliki syarat, menurut Santoso dalam buku Kesehatan dan Gizi (2013:123) yaitu :

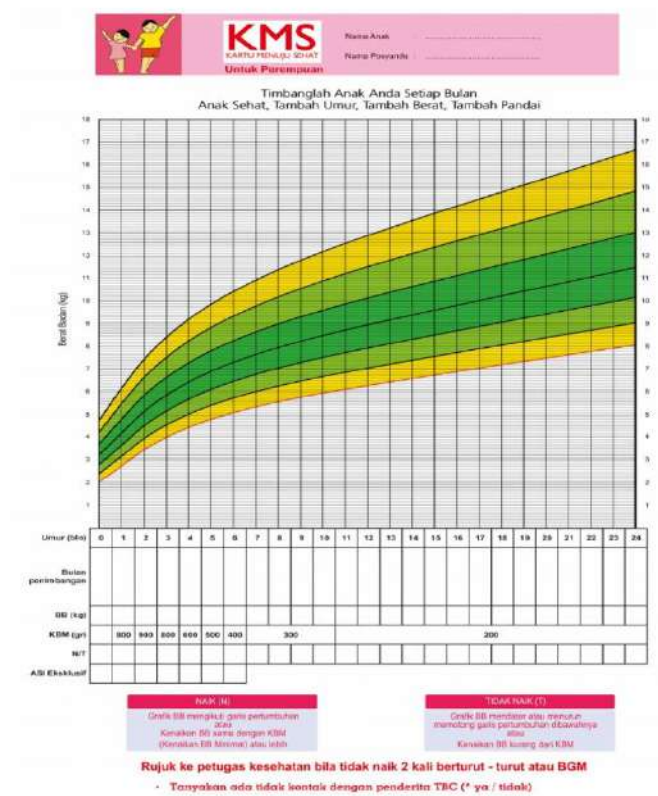
- 1) Mengandung makanan yang memuaskan selera makan serta memberikan rasa kenyang.
- 2) Mengandung zat gizi yang dibutuhkan untuk berada dalam kondisi tetap sehat serta dapat melakukan kegiatan sehari-hari.
- 3) Memenuhi nilai-nilai sosial budaya yaitu kebiasaan, pantangan dan sebagainya dari masyarakat yang mengkonsumsinya.
- 4) Biaya terjangkau bagi konsumennya.

#### **KMS (Kartu Menuju Sehat)**

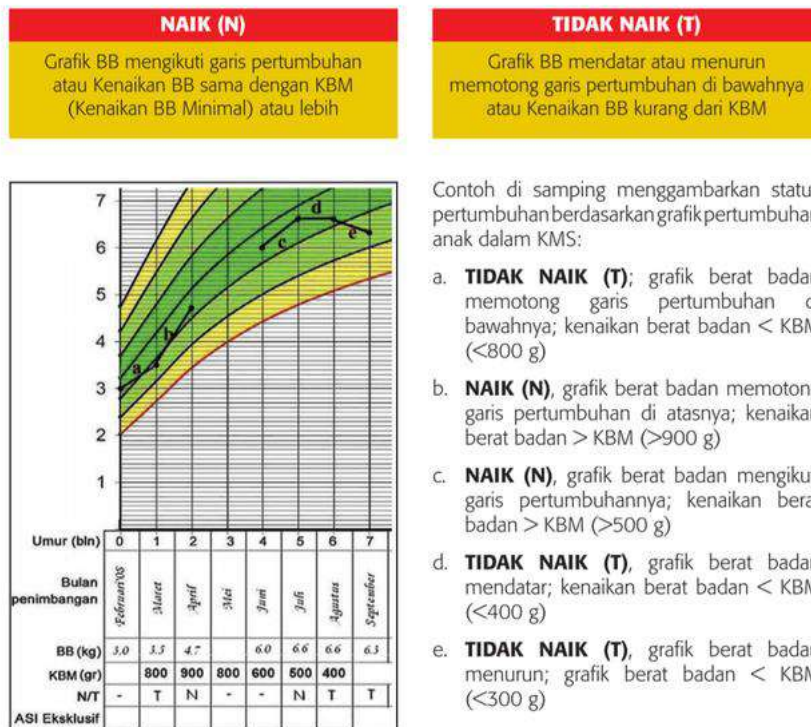
KMS (Kartu Menuju Sehat) adalah alat yang penting untuk memantau tumbuh kembang anak. Aktivitas pemantauan tidak hanya menimbang dan mencatat saja melainkan juga harus menginterpretasikan tumbuh kembang anak kepada ibunya, sehingga ibu memahami bahwa pertumbuhan anak dapat diamati dengan cara menimbang teratur setiap bulan. KMS yang ada di Indonesia pada saat ini berdasarkan Baku WHO 2005 (WHO child Growth Standard 2005/WHOMGRS/WHO Anthro 2005). KMS dapat menggambarkan pola pertumbuhan anak yang teratur dan koheren (Soetjiningsih, 2013).

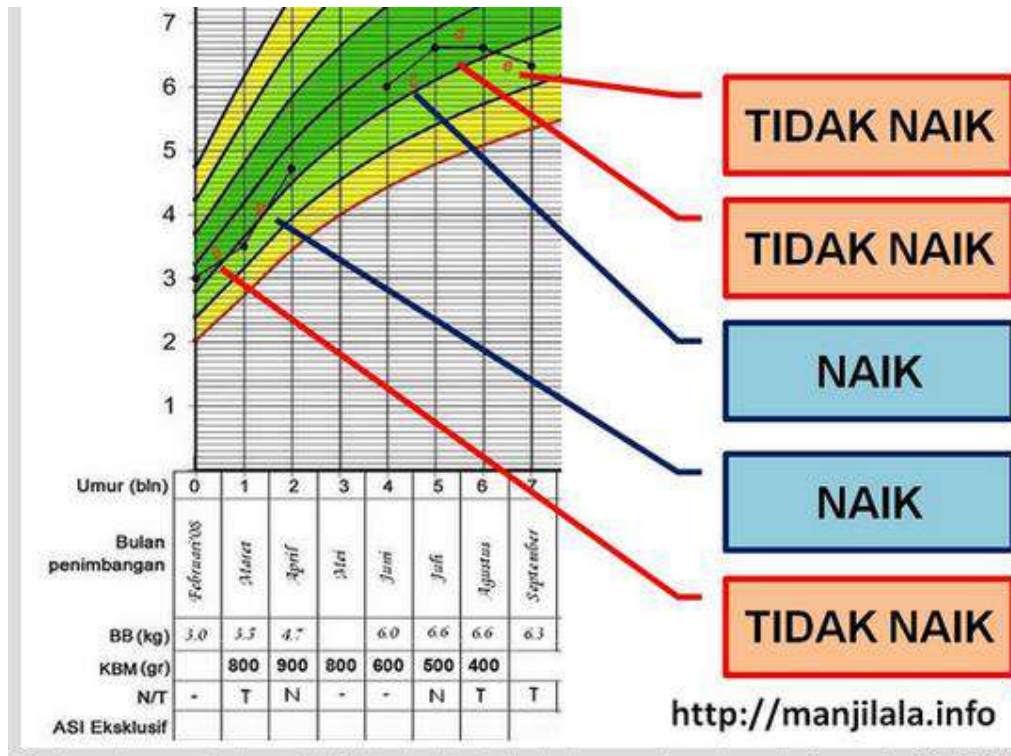
Depkes RI (2010) grafik pertumbuhan yang terdapat pada KMS digunakan untuk memantau pertumbuhan bayi setiap bulannya apakah bayi tumbuh normal atau mengalami gangguan pertumbuhan. Bila grafik berat badan bayi mengikuti grafik pertumbuhan pada KMS artinya anak tumbuh baik, kecil resiko anak untuk mengalami gangguan pertumbuhan. Sebaliknya bila grafik berat badan tidak sesuai dengan grafik pertumbuhan anak kemungkinan beresiko mengalami gangguan pertumbuhan.

### **Contoh KMS (Kartu Menuju Sehat) Anak**



gambar 2. 1 KMS Anak





**gambar 2. 2 Contoh Grafik KMS Anak**

### 2.3 Bekal makanan

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2012) bekal merupakan sesuatu yang disediakan (seperti makanan, uang) yang digunakan untuk perjalanan atau sesuatu yang digunakan kelak apabila perlu.

Lestari, D (2017) menyatakan bahwa membiasakan membawa bekal makanan ke sekolah merupakan gaya hidup yang sebaiknya diberikan kepada anak oleh setiap orang tua. Manfaat yang diberikan adalah mencegah anak untuk mengonsumsi makanan yang tidak sehat, dan jajan sembarangan. manfaat membawa bekal adalah kebiasaan baik bagi anak. Membawa bekal memastikan bahwa anak akan mendapatkan makanan yang cukup dan menghindari anak merasa kelaparan yang dapat mempengaruhi kesehatan maupun konsentrasi belajar.

Bedasarkan penjelasan diatas bahwa bekal makanan adalah makanan yang dimasukkan kedalam kotak atau tempat yang mempermudah dalam pembawaan, selain itu penyusunan menu makanan juga bisa mempengaruhi ketertarikan dalam mengkonsumsinya, makanan yang sehat dibutuhkan anak sebagai penunjang dalam beraktivitas sehari-hari, oleh karena itu pemenuhan makanan yang menyehatkan bisa melalui bekal makanan yang dibawa anak kesekolah.

## **2.4 Penelitian Relevan**

Untuk menghindari duplikasi, penelitian melakukan penelusuran terhadap penelitian-penelitian terdahulu. Dari hasil penelusuran penelitian terdahulu tersebut didapat beberapa penelitian yang berkaitan dengan masalah yang akan diteliti. Yaitu:

1. Penelitian diambil dari Aolia Mumtakhonah (2019) dengan judul “Program Kerjasama Orang Tua dan Guru Dalam Pemberian Makanan Gizi Seimbang Di Tk Diponero 51 Batuanten Kecamatan Cilongok Kabupaten Banyumas” dari penelitian ini yaitu menunjukkan Program Kerjasama Orang Tua dan Guru dalam Pemberian Makanan gizi Seimbang di TK Diponegoro 51 Batuanten Kecamatan Cilongok Kabupaten Banyumas dilakukan dengan beberapa prosedur dalam program kegiatan tersebut, diantaranya adalah perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi dengan adanya prosedur tersebut kegiatan program kerjasama orang tua dan guru dapat berjalan dengan terstruktur dan maksimal. Adapun komunikasi yang terjalin antara orang tua dan guru disekolah sangat berpengaruh pada pertumbuhan, perkembangan dan prestasi peserta didik. Komunikasi ini dapat dilakukan dengan dua cara yaitu dengan komunikasi

formal (secara resmi) dan komunikasi non formal (tidak resmi). Dan keanekaragaman menu yang di rencanakan setiap minggunya di TK Diponegoro 51 Batuanten sesuai dengan anjuran gizi seimbang, hal ini dapat mengoptimalkan dalam program pemberian makanan gizi seimbang.

2. Penelitian diambil dari Desi Lestari (2017) dengan judul “Pemahaman orang tua tentang pemenuhan gizi anak melalui Lunch box (bekal makanan) di kelompok bermain IT Sekargading Semarang” dari penelitian ini mendeskripsikan mengenai pola konsumsi sayur dan buah anak usia 4-5 tahun pada masyarakat pesisir desa Randusanga Kulon Brebes. Hasil analisis data konsumsi sayur meliputi (1) jenis sayur yang tersedia (sayur asem, sop, dan tumis kangkung); (2) jenis buah yang tersedia (pisang, jeruk, dan kelengkeng); (3) jumlah sayur dan buah yang tersedia (untuk sayur hanya satu mangkuk berukuran sedang dan untuk buah hanya beberapa buah saja). Tujuan didalam penelitian tersebut adalah mengetahui tingkat konsumsi buah dan sayur pada masyarakat pesisir Ramdusanga Kulon di Brebes, tahun ajaran 2015-2016.

## 2.5 Kerangka Berpikir



**gambar 2. 3 Kerangka Berpikir**



### **BAB III**

#### **METODE PENELITIAN**

##### **3.1 Tempat dan waktu penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan di PAUD Bina Harapan Desa Muara Tabun. Penelitian ini dilakukan pada Semester Genap.

##### **3.2 Populasi dan sampel**

###### **3.2.1 Populasi**

Populasi adalah merupakan wilayah generalisasi yang terdiri dari obyek/subyek yang memiliki kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Menurut Ismiyanto populasi adalah keseluruhan subjek atau totalitas subjek penelitian yang dapat berupa orang, benda, suatu hal yang di dalamnya dapat diperoleh dan atau dapat memberikan informasi (data) penelitian. Populasi dalam penelitian ini seluruh orang tua anak di Paud Bina Harapan Desa Muara Tabun.

###### **3.2.2 Sampel**

Sampel adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut, ataupun bagian kecil dari anggota populasi yang diambil menurut prosedur tertentu sehingga dapat mewakili populasinya. Sampel dalam penelitian ini adalah orang tua anak di Paud Bina Harapan Desa Muara Tabun yang berjumlah 35 anak.

##### **3.3 Teknik pengambilan sampel**

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah sampel acak sederhana (simple random sampling). Sampel acak sederhana (simple random

sampling) adalah cara pengambilan sampel dengan memilih langsung dari populasi dan besar peluang setiap anggota populasi untuk menjadi sampel sangat besar (Ruqo'iyah, 2012).

Pengambilan sampel random sampling karena sampel yang diambil adalah orang tua anak yang bersekolah di PAUD Bina Harapan Desa Muara Tabun.

### 3.4 Jenis penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif. Data kuantitatif adalah jenis data yang dapat diukur atau dihitung secara langsung, yang berupa informasi atau penjelasan yang dinyatakan dengan bilangan atau berbentuk angka. Dalam hal ini data kuantitatif yang diperlukan adalah: Jumlah guru, siswa dan karyawan, jumlah sarana dan prasarana, dan hasil angket.

### 3.5 instrumen penelitian

Instrumen kisi-kisi ini berpedoman pada kajian teori didalam bab II dibagian indikator peran orang tua.

**Tabel 3. 1 Kisi-kisi Instrumen Penelitian**

| <b>Variabel</b>               | <b>Indikator</b> | <b>Deskriptor</b>                                                                                                          | <b>No.Item</b>        |   |
|-------------------------------|------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|---|
| Peran orang tua (Arifin 1992) | Pembimbing       | 1. Orang tua membiasakan anak makan sayuran dan buah<br>2. Orang tua<br>3. mengajak anak membuat kreasi bekal yang bergizi | 1,2,3,4,5,6,7         | 7 |
|                               | Motivator        | 1. Orang tua mencontohkan                                                                                                  | 8,9,10,11,12,13,14,15 | 8 |

|  |             |                                                                                                                                                                                                                                     |                                |    |
|--|-------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|----|
|  |             | membiasakan diri mengkonsumsi makanan yang diperlukan tubuh<br>2. Orang tua memberikan stimulasi gizi yang intensif                                                                                                                 |                                |    |
|  | Fasilitator | 1. Orang tua memberikan nutrisi yang cukup<br>2. Orang tua mengurangi pemberian makanan yang kurang bergizi<br>3. Orang tua memperhatikan kebersihan makanan anak<br>4. Orang tua membuat kreasi bekal dengan sayur dan buah-buahan | 16,17,18,19,20,21,22,23, 24,25 | 10 |

### 3.6 Teknik pengumpulan data

#### 3.6.1 Angket

Menurut (Sugiyono, 2015 : 216) “Angket merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya”. Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang efisien bila peneliti tahu dengan pasti variabel yang akan diukur dan tahu apa yang bisa diharapkan oleh responden.

Pada metode ini, pertanyaan-pertanyaan masalah ditulis dalam format kuesioner lalu disebarkan kepada responden untuk dijawab, kemudian dikembalikan kepada peneliti. Dari jawaban responden tersebut, peneliti dapat memperoleh data seperti pendapat dan sikap responden terhadap masalah yang sedang diteliti. Angket dalam penelitian ini ditujukan untuk orang tua anak yang menyiapkan bekal makanan yang dibawa anak ke sekolah.

### **3.7 Sumber data**

Pengumpulan data dapat dilakukan dalam berbagai setting dan berbagai sumber dan berbagai cara. Bila dilihat dari settingnya data dapat dikumpulkan pada setting alamiah (natural seting), pada laboratorium dengan metode eksperimen, di rumah dengan berbagai responden, dan lain-lain. Bila dilihat dari sumber datanya, maka pengumpulan data dapat menggunakan sumber primer dan sekunder. Selanjutnya kalau dilihat dari segi cara atau teknik pengumpulan data, maka teknik pengumpulan data dapat dilakukan dengan interview, kuesioner (angket), observasi (Sugiyono, 2012: 193-194).

Sumber data yang digunakan dalam penelitian ini adalah Data Primer karena data yang diperoleh dari hasil observasi dengan memberikan atau membagikan kuosioner (angket) kepada orang tua anak yang dapat memberikan data atau informasi yang berhubungan dengan penulisan proposal ini.

### **3.8 Teknik analisis data**

Analisis data merupakan salah satu proses penelitian yang dilakukan setelah semua data yang diperlukan guna memecahkan permasalahan yang diteliti sudah diperoleh secara lengkap. Ketajaman dan ketepatan dalam penggunaan alat

analisis sangat menentukan keakuratan pengambilan kesimpulan, karena itu kegiatan analisis data merupakan kegiatan yang tidak dapat diabaikan begitu saja dalam proses penelitian (Muhson, A. 2006).

Berdasarkan pengertian diatas analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil angket. Data yang telah terkumpul selanjutnya diolah dan kemudian dianalisis. Tujuan dari analisis datanya adalah untuk menyederhanakan data kedalam bentuk yang mudah dibaca dan diinterpretasikan.

Teknik analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah statistik deskriptif untuk menganalisis respon orang tua. Jawaban setiap item instrumen mempunyai gradasi sangat menerapkan, kadang menerapkan, dan tidak menerapkan. Untuk keperluan analisis kuantitatif, maka jawaban itu dapat diberi skor.

Item jawaban SM (sudah menerapkan) diberi skor 3

Item jawaban KM (kadang menerapkan) diberi skor 2

Item jawaban TM (tidak menerapkan) diberi skor 1

Berdasarkan pernyataan diatas, maka dari hasil angket (kuesoner) yang telah disebarkan, diisi serta dikumpulkan, maka yang dilakukan oleh peneliti selanjutnya yaitu menganalisa jawaban yang telah diisi responden dan melakukan perhitungan menggunakan rumus pesentase

$$P = \frac{f}{N} \times 100\%$$

Dimana : P = Persentase jawaban (presentase yang dicari dalam kategori tertentu)

f = Frekuensi jawaban responden

N = Total frekuensi (jumlah seluruh responden)

**Tabel 3.4 Kriteria Penafsiran**

| <b>No</b> | <b>Persentase</b> | <b>Tingkatan</b> |
|-----------|-------------------|------------------|
| 1.        | 89-100%           | Sangat baik      |
| 2.        | 60-80%            | Baik             |
| 3.        | 41-59%            | Sedang           |
| 4.        | 12-40%            | Kurang baik      |
| 5.        | 0-12%             | Tidak baik       |

## **BAB IV**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN**

#### **4.1 Deskripsi data**

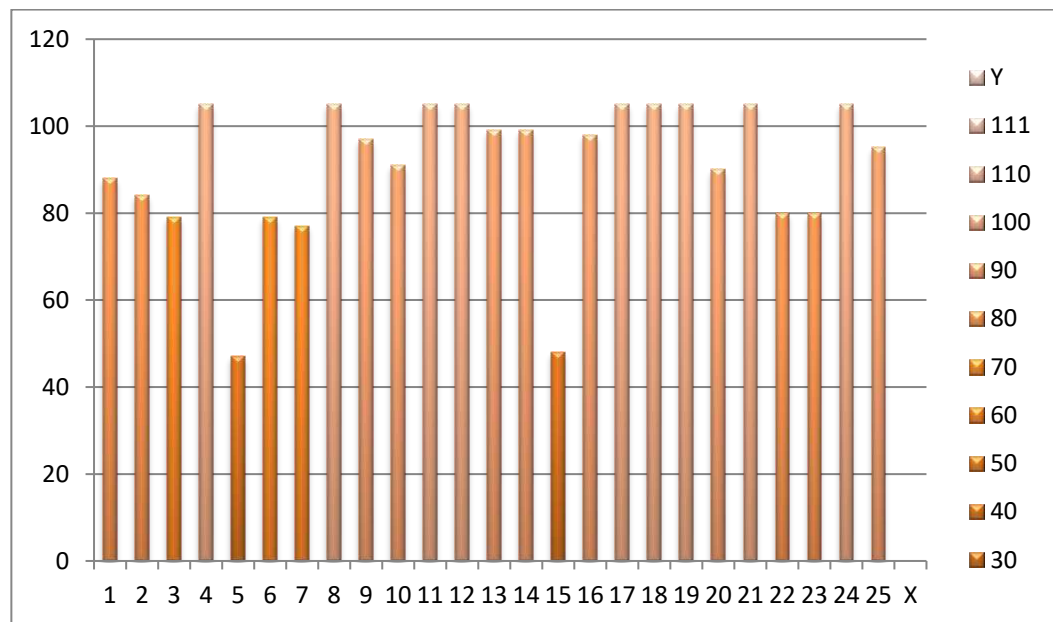
Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang dilaksanakan di PAUD Bina Harapan desa Muara Tabun. Metode analisis data menggunakan teknik statistik deskriptif. Deskripsi data disini merupakan upaya yang dilakukan untuk menerangkan hasil yang ditemui dari penelitian yang menerangkan secara rinci berupa data-data yang akan dipaparkan dengan baik. Data-data tersebut akan memudahkan pembaca untuk memahami hasil dari temuan penelitian ini. Adapun hasil yang dipaparkan disini yaitu terkait mengenai indikator peran orang tua terhadap pemberian gizi seimbang untuk bekal anak ke sekolah sebagai berikut :

##### **4.1.1 Deskripsi data hasil secara umum**

Hasil sebaran angket dari 35 responden orang tua dari 35 orang anak terkait pemberian gizi seimbang untuk bekal anak, setelah dihitung perolehan skor masing-masing orang tua terhadap 25 item pernyataan dari indikator mengenai peran orang tua terhadap pemberian gizi seimbang untuk bekal anak di PAUD Bina Harapan Muara Tabun, akan terlihat pada gambar 4.1.

Selain itu, hasil sebaran angket dari 35 responden yaitu orang tua dari 35 orang anak yang mengisi angket yang kemudian dihitung presentase frekuensi yang menjawab (SM), (KM), dan (TM) terhadap 25 item pernyataan dari indikator peran orang tua terhadap pemberian gizi seimbang untuk bekal anak di PAUD Bina Harapan Muara Tabun akan disajikan pada tabel 4.1 berikut ini:

**Gambar 4.1** perolehan skor responden dalam analisis peran orang tua terhadap pemberian gizi seimbang untuk bekal anak di PAUD Bina Harapan desa Muara Tabun



**Tabel 4.1** Deskripsi Data Sebaran Angket Secara Umum

| NO | SM | KM | TM | Jumlah | NO | SM | KM | TM | Jumlah |
|----|----|----|----|--------|----|----|----|----|--------|
| 1  | 23 | 7  | 5  | 35     | 14 | 17 | 10 | 8  | 35     |
| 2  | 18 | 12 | 6  | 35     | 15 | 0  | 13 | 22 | 35     |
| 3  | 17 | 10 | 8  | 35     | 16 | 28 | 7  | 0  | 35     |
| 4  | 35 | 0  | 0  | 35     | 17 | 35 | 0  | 0  | 35     |
| 5  | 0  | 12 | 23 | 35     | 18 | 35 | 0  | 0  | 35     |
| 6  | 16 | 12 | 7  | 35     | 19 | 35 | 0  | 0  | 35     |
| 7  | 12 | 18 | 5  | 35     | 20 | 20 | 15 | 0  | 35     |
| 8  | 35 | 0  | 0  | 35     | 21 | 35 | 0  | 0  | 35     |
| 9  | 27 | 8  | 0  | 35     | 22 | 17 | 13 | 3  | 35     |
| 10 | 21 | 14 | 0  | 35     | 23 | 18 | 8  | 10 | 35     |







|                  |    |    |       |    |    |       |   |   |   |    |              |
|------------------|----|----|-------|----|----|-------|---|---|---|----|--------------|
| 25               | 25 | 75 | 71,42 | 10 | 20 | 28,57 | 0 | 0 | 0 | 30 | 95           |
| <b>Jumlah</b>    |    |    |       |    |    |       |   |   |   |    | <b>2,276</b> |
| <b>Rata-rata</b> |    |    |       |    |    |       |   |   |   |    | <b>67%</b>   |

Berdasarkan hasil pengolahan data angket pada tabel 4.2 diatas mengenai analisis peran orang tua terhadap pemberian gizi seimbang untuk bekal anak di PAUD Bina Harapan desa Muara Tabun secara umum berada dalam tingkatan “Baik”. hal tersebut terbukti dari hasil rata-rata bobot yang telah diperoleh yaitu sebesar 67%.

#### **4.1.2 Deskripsi data hasil angket secara khusus**

Untuk memperoleh hasil dari perhitungan angket secara khusus yang sesuai dengan indikator dan pernyataan penelitian ini adalah sebagai berikut :

##### **1. Analisis Peran Orang Tua Terhadap Pemberian Gizi Seimbang Untuk Bekal Anak Di PAUD Bina Harapan Pada Aspek Orang Tua Sebagai Pembimbing**

Berdasarkan distribusi data angket secara umum di atas, maka dapat dilihat bahwa pada aspek orang tua sebagai pembimbing yang berkaitan dengan kemampuan orang tua dalam membiasakan anak makan sayur dan buah-buahan, serta mengajak anak membuat kreasi bekal yang bergizi. Hasil jawaban responden mengenai indikator tersebut akan disajikan pada tabel 4.3 sebagai berikut:

**Tabel 4.3** Distribusi Data Hasil Sebaran Angket pada Aspek orang tua sebagai pembimbing

| <b>Jawaban responden</b> |           |          |          |           |          |          |           |          |          |               |            |
|--------------------------|-----------|----------|----------|-----------|----------|----------|-----------|----------|----------|---------------|------------|
| <b>NO</b>                | <b>SM</b> |          |          | <b>KM</b> |          |          | <b>TM</b> |          |          | <b>Jumlah</b> |            |
|                          | <b>F</b>  | <b>B</b> | <b>%</b> | <b>F</b>  | <b>B</b> | <b>%</b> | <b>F</b>  | <b>B</b> | <b>%</b> | <b>F</b>      | <b>B</b>   |
| 1                        | 23        | 69       | 65,71    | 7         | 14       | 20       | 5         | 5        | 14,28    | 30            | 88         |
| 2                        | 18        | 54       | 51,42    | 12        | 24       | 34,28    | 6         | 6        | 17,14    | 30            | 84         |
| 3                        | 17        | 51       | 48,57    | 10        | 20       | 28,57    | 8         | 8        | 22,85    | 30            | 79         |
| 4                        | 35        | 105      | 100      | 0         | 0        | 0        | 0         | 0        | 0        | 30            | 105        |
| 5                        | 0         | 0        | 0        | 12        | 24       | 34,28    | 23        | 23       | 65,71    | 30            | 47         |
| 6                        | 16        | 48       | 45,71    | 12        | 24       | 34,28    | 7         | 7        | 20       | 30            | 79         |
| 7                        | 12        | 36       | 34,28    | 18        | 36       | 51,42    | 5         | 5        | 14,28    | 30            | 77         |
| <b>Jumlah</b>            |           |          |          |           |          |          |           |          |          |               | <b>559</b> |
| <b>Rata-rata</b>         |           |          |          |           |          |          |           |          |          |               | <b>80%</b> |

Dari tabel 4.3 terlihat bahwa persentase frekuensi jawaban dari 7 item mengenai analisis peran orang tua terhadap pemberian gizi seimbang untuk bekal anak di PAUD Bina Harapan berada pada kualitas “Baik” pada aspek orang tua sebagai pembimbing yang meliputi orang tua membiasakan anak makan sayur dan buah-buahan, serta mengajak anak membuat kreasi bekal yang bergizi dengan capaian sebesar “80%”. Hal ini dibuktikan dengan pengolahan angket sebagaimana telah dijabarkan pada tabel diatas.

Pada item pernyataan nomor 1 peneliti menemukan, bahwa sebagian orang tua 65,71% termasuk dalam kategori “sudah menerapkan” untuk membuat kreasi berbagai bentuk dari olahan makanan dengan bobot 69, sebanyak 20% orang tua

termasuk dalam kategori “kadang menerapkan” untuk membuat kreasi berbagai bentuk dari olahan makanan dengan bobot 14, dan sebanyak 14,28% orang tua termasuk dalam kategori “tidak menerapkan” untuk membuat kreasi berbagai bentuk dari olahan makanan dengan bobot 5.

Pada item pernyataan nomor 2 peneliti menemukan, bahwa sebagian orang tua 51,42% termasuk dalam kategori “sudah menerapkan” membekali buah-buahan seperti jeruk, strawberi, dll kepada anak dengan bobot 54, sebanyak 34,28% orang tua termasuk dalam kategori “kadang menerapkan” membekali buah-buahan seperti jeruk, strawberi, dll kepada anak dengan bobot 24, dan sebanyak 17,14% orang tua termasuk dalam kategori “tidak menerapkan” membekali buah-buahan seperti jeruk, strawberi, dll kepada anak dengan bobot 6.

Pada item pernyataan nomor 3 peneliti menemukan, bahwa sebagian orang tua 48,57% termasuk dalam kategori “sudah menerapkan” memberikan sayuran dalam kotak makanan anak seperti sayur bayam, brokoli, dll dengan bobot 51, sebanyak 28,57% orang tua termasuk dalam kategori “kadang menerapkan” memberikan sayuran dalam kotak makanan anak seperti sayur bayam, brokoli, dll dengan bobot 20, dan sebanyak 22,85% orang tua termasuk dalam kategori “tidak menerapkan” memberikan sayuran dalam kotak makanan anak seperti sayur bayam, brokoli, dll dengan bobot 8.

Pada item pernyataan nomor 4 peneliti menemukan, bahwa sebagian orang tua 100% termasuk dalam kategori “sudah menerapkan” membuat menu yang berbeda setiap harinya dengan bobot 105, sebanyak 0% orang tua termasuk dalam kategori “kadang menerapkan” membuat menu yang berbeda setiap harinya

dengan bobot 0, dan sebanyak 0% orang tua termasuk dalam kategori “tidak menerapkan” membuat menu yang berbeda setiap harinya dengan bobot 0.

Pada item pernyataan nomor 5 peneliti menemukan, bahwa sebagian orang tua 0% termasuk dalam kategori “sudah menerapkan” membuat bekal untuk anak dengan sereal dan buah dengan bobot 0, sebanyak 34,28% orang tua termasuk dalam kategori “kadang menerapkan” membuat bekal untuk anak dengan sereal dan buah dengan bobot 24, dan sebanyak 65,71% orang tua termasuk dalam kategori “tidak menerapkan” membuat bekal untuk anak dengan sereal dan buah dengan bobot 23.

Pada item pernyataan nomor 6 peneliti menemukan, bahwa sebagian orang tua 45,71% termasuk dalam kategori “sudah menerapkan” membuat menu sayuran yang bervariasi yang disukai anak dengan bobot 48, sebanyak 34,28% orang tua termasuk dalam kategori “kadang menerapkan” membuat menu sayuran yang bervariasi yang disukai anak dengan bobot 24, dan sebanyak 20% orang tua termasuk dalam kategori “tidak menerapkan” membuat menu sayuran yang bervariasi yang disukai anak dengan bobot 7.

Pada item pernyataan nomor 7 peneliti menemukan, bahwa sebagian orang tua 34,28% termasuk dalam kategori “sudah menerapkan” membuat menyediakan roti tawar dengan isian bervariasi untuk anak dengan bobot 36, sebanyak 51,42% orang tua termasuk dalam kategori “kadang menerapkan” membuat menyediakan roti tawar dengan isian bervariasi untuk anak dengan bobot 36, dan sebanyak 14,28% orang tua termasuk dalam kategori “tidak menerapkan” membuat menyediakan roti tawar dengan isian bervariasi untuk anak dengan bobot 5.

## 2. Analisis Peran Orang Tua Terhadap Pemberian Gizi Seimbang Untuk Bekal Anak Di PAUD Bina Harapan Pada Aspek Orang Tua Sebagai motivator

Berdasarkan distribusi data angket secara umum di atas, maka dapat dilihat bahwa pada aspek orang tua sebagai motivator yang berkaitan dengan kemampuan orang tua mencontohkan dan membiasakan diri mengonsumsi makanan yang dibutuhkan tubuh dan memberikan stimulasi gizi yang intensif untuk anak. Hasil jawaban responden mengenai indikator tersebut akan disajikan pada tabel 4.4 sebagai berikut:

**Tabel 4.4** Distribusi Data Hasil Sebaran Angket pada Aspek orang tua sebagai motivator

| Jawaban responden |    |     |       |    |    |       |    |    |       |        |     |
|-------------------|----|-----|-------|----|----|-------|----|----|-------|--------|-----|
| NO                | SM |     |       | KM |    |       | TM |    |       | Jumlah |     |
|                   | F  | B   | %     | F  | B  | %     | F  | B  | %     | F      | B   |
| 8                 | 35 | 105 | 100   | 0  | 0  | 0     | 0  | 0  | 0     | 30     | 105 |
| 9                 | 27 | 81  | 77,14 | 8  | 16 | 22,85 | 0  | 0  | 0     | 30     | 97  |
| 10                | 21 | 63  | 60    | 14 | 28 | 40    | 0  | 0  | 0     | 30     | 91  |
| 11                | 35 | 105 | 100   | 0  | 0  | 0     | 0  | 0  | 0     | 30     | 105 |
| 12                | 35 | 105 | 100   | 0  | 0  | 0     | 0  | 0  | 0     | 30     | 105 |
| 13                | 17 | 71  | 48,57 | 10 | 20 | 28,57 | 8  | 8  | 22,85 | 30     | 99  |
| 14                | 17 | 71  | 48,57 | 10 | 20 | 28,57 | 8  | 8  | 22,85 | 30     | 99  |
| 15                | 0  | 0   | 0     | 13 | 26 | 37,14 | 22 | 22 | 62,85 | 30     | 48  |
| Jumlah            |    |     |       |    |    |       |    |    |       | 749    |     |
| Rata-rata         |    |     |       |    |    |       |    |    |       | 93%    |     |

Dari tabel 4.4 terlihat bahwa persentase frekuensi jawaban dari 8 item mengenai analisis peran orang tua terhadap pemberian gizi seimbang untuk bekal anak di PAUD Bina Harapan berada pada kualitas “Sangat baik” dengan capaian sebesar “93%”. Hal ini dibuktikan dengan pengolahan angket sebagaimana telah dijabarkan pada tabel diatas. Analisis peran orang tua terhadap pemberian gizi seimbang untuk bekal anak di PAUD Bina Harapan pada aspek orang tua sebagai motivator yang meliputi kemampuan orang tua mencontohkan dan membiasakan diri mengkonsumsi makanan yang dibutuhkan tubuh dan memberikan stimulasi gizi yang intensif untuk anak.

Pada item pernyataan nomor 8 peneliti menemukan, bahwa sebagian orang tua 100% termasuk dalam kategori “sudah menerapkan” memberikan makanan yang mengandung karbohidrat seperti nasi, mie, dll dengan bobot 105, sebanyak 0% orang tua termasuk dalam kategori “kadang menerapkan” memberikan makanan yang mengandung karbohidrat seperti nasi, mie, dll dengan bobot 0, dan sebanyak 0% orang tua termasuk dalam kategori “tidak menerapkan” memberikan makanan yang mengandung karbohidrat seperti nasi, mie, dll dengan bobot 0.

Pada item pernyataan nomor 9 peneliti menemukan, bahwa sebagian orang tua 77,14% termasuk dalam kategori “sudah menerapkan” memberikan makanan yang mengandung protein seperti ikan, telur, tempe, dll dengan bobot 81, sebanyak 22,85% orang tua termasuk dalam kategori “kadang menerapkan” memberikan makanan yang mengandung protein seperti ikan, telur, tempe, dll dengan bobot 16, dan sebanyak 0% orang tua termasuk dalam kategori “tidak menerapkan” memberikan makanan yang mengandung protein seperti ikan, telur, tempe, dll dengan bobot 0.



Pada item pernyataan nomor 10 peneliti menemukan, bahwa sebagian orang tua 60% termasuk dalam kategori “sudah menerapkan” memberikan makanan yang mengandung lemak seperti daging ayam, keju, dll dengan bobot 63, sebanyak 40% orang tua termasuk dalam kategori “kadang menerapkan” memberikan makanan yang mengandung lemak seperti daging ayam, keju, dll dengan bobot 28, dan sebanyak 0% orang tua termasuk dalam kategori “tidak menerapkan” memberikan makanan yang mengandung lemak seperti daging ayam, keju, dll dengan bobot 0.

Pada item pernyataan nomor 11 peneliti menemukan, bahwa sebagian orang tua 100% termasuk dalam kategori “sudah menerapkan” menyediakan porsi makanan sesuai dengan kebutuhan tubuh anak dengan bobot 105, sebanyak 0% orang tua termasuk dalam kategori “kadang menerapkan” menyediakan porsi makanan sesuai dengan kebutuhan tubuh anak dengan bobot 0, dan sebanyak 0% orang tua termasuk dalam kategori “tidak menerapkan” menyediakan porsi makanan sesuai dengan kebutuhan tubuh anak dengan bobot 0.

Pada item pernyataan nomor 12 peneliti menemukan, bahwa sebagian orang tua 100% termasuk dalam kategori “sudah menerapkan” memasak makanan untuk anak sendiri (tidak beli diluar) dengan bobot 105, sebanyak 0% orang tua termasuk dalam kategori “kadang menerapkan” memasak makanan untuk anak sendiri (tidak beli diluar) dengan bobot 0, dan sebanyak 0% orang tua termasuk dalam kategori “tidak menerapkan” memasak makanan untuk anak sendiri (tidak beli diluar) dengan bobot 0.

Pada item pernyataan nomor 13 peneliti menemukan, bahwa sebagian orang tua 48,57% termasuk dalam kategori “sudah menerapkan” menyiapkan susu untuk bekal anak sehingga diperoleh dengan bobot 71, sebanyak 28,57% orang tua termasuk dalam kategori “kadang menerapkan” menyiapkan susu untuk bekal anak sehingga diperoleh dengan bobot 20, dan sebanyak 22,85% orang tua termasuk dalam kategori “tidak menerapkan” menyiapkan susu untuk bekal anak sehingga diperoleh dengan bobot 8.

Pada item pernyataan nomor 14 peneliti menemukan, bahwa sebagian orang tua 48,57% termasuk dalam kategori “sudah menerapkan” menyiapkan susu untuk bekal anak sehingga diperoleh dengan bobot 71, sebanyak 28,57% orang tua termasuk dalam kategori “kadang menerapkan” menyiapkan susu untuk bekal anak sehingga diperoleh dengan bobot 10, dan sebanyak 22,85% orang tua termasuk dalam kategori “tidak menerapkan” menyiapkan susu untuk bekal anak sehingga diperoleh dengan bobot 8.

Pada item pernyataan nomor 15 peneliti menemukan, bahwa sebagian orang tua 0% termasuk dalam kategori “sudah menerapkan” menyediakan vitamin C dalam bekal anak dengan bobot 0, sebanyak 37,14% orang tua termasuk dalam kategori “kadang menerapkan” menyediakan vitamin C dalam bekal anak dengan bobot 26, dan sebanyak 62,85% orang tua termasuk dalam kategori “tidak menerapkan” menyediakan vitamin C dalam bekal anak dengan bobot 22.

### **3. Analisis Peran Orang Tua Terhadap Pemberian Gizi Seimbang Untuk Bekal Anak Di PAUD Bina Harapan Pada Aspek Orang Tua Sebagai fasilitator**

Berdasarkan distribusi data angket secara umum di atas, maka dapat dilihat bahwa pada aspek orang tua sebagai fasilitator yang berkaitan dengan kemampuan orang tua mampu memberikan nutrisi yang cukup, mengurangi pemberian makanan yang kurang bergizi, memperhatikan kebersihan makanan anak, serta orang tua mampu membuat kreasi bekal dengan menu sayuran dan buah-buahan. Hasil jawaban responden mengenai indikator tersebut akan disajikan pada tabel 4.5 sebagai berikut:

**Tabel 4.4** Distribusi Data Hasil Sebaran Angket pada Aspek orang tua sebagai fasilitator

| Jawaban responden |    |     |       |    |    |       |    |    |       |        |     |
|-------------------|----|-----|-------|----|----|-------|----|----|-------|--------|-----|
| NO                | SM |     |       | KM |    |       | TM |    |       | Jumlah |     |
|                   | F  | B   | %     | F  | B  | %     | F  | B  | %     | F      | B   |
| 16                | 28 | 84  | 80    | 7  | 14 | 20    | 0  | 0  | 0     | 30     | 98  |
| 17                | 35 | 105 | 100   | 0  | 0  | 0     | 0  | 0  | 0     | 30     | 105 |
| 18                | 35 | 105 | 100   | 0  | 0  | 0     | 0  | 0  | 0     | 30     | 105 |
| 19                | 35 | 105 | 100   | 0  | 0  | 0     | 0  | 0  | 0     | 30     | 105 |
| 20                | 20 | 60  | 57,14 | 15 | 30 | 42,85 | 0  | 0  | 0     | 30     | 90  |
| 21                | 35 | 105 | 100   | 0  | 0  | 0     | 0  | 0  | 0     | 30     | 105 |
| 22                | 17 | 51  | 48,57 | 13 | 26 | 37,14 | 3  | 3  | 0,85  | 30     | 80  |
| 23                | 18 | 54  | 51,42 | 8  | 16 | 22,85 | 10 | 10 | 28,57 | 30     | 80  |
| 24                | 35 | 105 | 100   | 0  | 0  | 0     | 0  | 0  | 0     | 30     | 105 |
| 25                | 25 | 75  | 71,42 | 10 | 20 | 28,57 | 0  | 0  | 0     | 30     | 95  |
| Jumlah            |    |     |       |    |    |       |    |    |       |        | 968 |
| Rata-rata         |    |     |       |    |    |       |    |    |       |        | 96% |

Dari tabel 4.5 terlihat bahwa persentase frekuensi jawaban dari 10 item mengenai analisis peran orang tua terhadap pemberian gizi seimbang untuk bekal anak di PAUD Bina Harapan berada pada kualitas “Baik” dengan capaian sebesar “96%”. Hal ini dibuktikan dengan pengolahan angket sebagaimana telah dijabarkan pada tabel diatas. Analisis peran orang tua terhadap pemberian gizi seimbang untuk bekal anak di PAUD Bina Harapan pada aspek orang tua sebagai fasilitator yang meliputi kemampuan orang tua mampu memberikan nutrisi yang cukup, mengurangi pemberian makanan yang kurang bergizi, memperhatikan kebersihan makanan anak, serta orang tua mampu membuat kreasi bekal dengan menu sayuran dan buah-buahan.

Pada item pernyataan nomor 16 peneliti menemukan, bahwa sebagian orang tua 80% termasuk dalam kategori “sudah menerapkan” membatasi pemberian jajanan ringan seperti ciki-ciki, wafer, dll dengan bobot 84, sebanyak 20% orang tua termasuk dalam kategori “kadang menerapkan” membatasi pemberian jajanan ringan seperti ciki-ciki, wafer, dll dengan bobot 14, dan sebanyak 0% orang tua termasuk dalam kategori “tidak menerapkan” membatasi pemberian jajanan ringan seperti ciki-ciki, wafer, dll dengan bobot 0.

Pada item pernyataan nomor 17 peneliti menemukan, bahwa sebagian orang tua 100% termasuk dalam kategori “sudah menerapkan” menyediakan air minum untuk dibawa anak kesekolah dengan bobot 105, sebanyak 0% orang tua termasuk dalam kategori “kadang menerapkan” menyediakan air minum untuk dibawa anak kesekolah dengan bobot 0, dan sebanyak 0% orang tua termasuk dalam kategori “tidak menerapkan” menyediakan air minum untuk dibawa anak kesekolah dengan bobot 0.

Pada item pernyataan nomor 18 peneliti menemukan, bahwa sebagian orang tua 100% termasuk dalam kategori “sudah menerapkan” memperhatikan kebersihan bahan makanan untuk anak dengan bobot 105, sebanyak 0% orang tua termasuk dalam kategori “kadang menerapkan” memperhatikan kebersihan bahan makanan untuk anak dengan bobot 0, dan sebanyak 0% orang tua termasuk dalam kategori “tidak menerapkan” memperhatikan kebersihan bahan makanan untuk anak dengan bobot 0.

Pada item pernyataan nomor 19 peneliti menemukan, bahwa sebagian orang tua 100% termasuk dalam kategori “sudah menerapkan” memperhatikan kebersihan kotak makanan anak dengan bobot 105, sebanyak 0% orang tua termasuk dalam kategori “kadang menerapkan” memperhatikan kebersihan kotak makanan anak dengan bobot 0, dan sebanyak 0% orang tua termasuk dalam kategori “tidak menerapkan” memperhatikan kebersihan kotak makanan anak dengan bobot 0.

Pada item pernyataan nomor 20 peneliti menemukan, bahwa sebagian orang tua 57,14% termasuk dalam kategori “sudah menerapkan” mengurangi pemberian makanan instan seperti mie instan, sosis, dll dengan bobot 60, sebanyak 42,85% orang tua termasuk dalam kategori “kadang menerapkan” mengurangi pemberian makanan instan seperti mie instan, sosis, dll dengan bobot 30, dan sebanyak 0% orang tua termasuk dalam kategori “tidak menerapkan” mengurangi pemberian makanan instan seperti mie instan, sosis, dll dengan bobot 0.

Pada item pernyataan nomor 21 peneliti menemukan, bahwa sebagian orang tua 100% termasuk dalam kategori “sudah menerapkan” mengurangi pemberian bekal makanan yang terlalu banyak mengandung garam seperti makanan cepat saji (frozen food/makanan beku) dan makanan kaleng (kornet) dengan bobot 105, sebanyak 0% orang tua termasuk dalam kategori “kadang menerapkan” mengurangi pemberian bekal makanan yang terlalu banyak mengandung garam seperti makanan cepat saji (frozen food/makanan beku) dan makanan kaleng (kornet) dengan bobot 0, dan sebanyak 0% orang tua termasuk dalam kategori “tidak menerapkan” mengurangi pemberian bekal makanan yang terlalu banyak mengandung garam seperti makanan cepat saji (frozen food/makanan beku) dan makanan kaleng (kornet) dengan bobot 0.

Pada item pernyataan nomor 22 peneliti menemukan, bahwa sebagian orang tua 48,57% termasuk dalam kategori “sudah menerapkan” mengurangi bekal makanan yang tinggi gula seperti aneka kue (brownis, coklat, dll) dengan bobot 51, sebanyak 37,14% orang tua termasuk dalam kategori “kadang menerapkan” mengurangi bekal makanan yang tinggi gula seperti aneka kue (brownis, coklat, dll) dengan bobot 26, dan sebanyak 0,85% orang tua termasuk dalam kategori “tidak menerapkan” mengurangi bekal makanan yang tinggi gula seperti aneka kue (brownis, coklat, dll) dengan bobot 3.

Pada item pernyataan nomor 23 peneliti menemukan, bahwa sebagian orang tua 51,42% termasuk dalam kategori “sudah menerapkan” mengurangi bekal makanan yang terlalu berminyak seperti gorengan dengan bobot 54, sebanyak 22,85% orang tua termasuk dalam kategori “kadang menerapkan” mengurangi bekal makanan yang terlalu berminyak seperti gorengan dengan

bobot 16, dan sebanyak 28,57% orang tua termasuk dalam kategori “tidak menerapkan” mengurangi bekal makanan yang terlalu berminyak seperti gorengan dengan bobot 10.

Pada item pernyataan nomor 24 peneliti menemukan, bahwa sebagian orang tua 100% termasuk dalam kategori “sudah menerapkan” memberikan makanan anak yang kaya vitamin dengan bobot 105, sebanyak 0% orang tua termasuk dalam kategori “kadang menerapkan” memberikan makanan anak yang kaya vitamin dengan bobot 0, dan sebanyak 0% orang tua termasuk dalam kategori “tidak menerapkan” memberikan makanan anak yang kaya vitamin dengan bobot 0.

Pada item pernyataan nomor 25 peneliti menemukan, bahwa sebagian orang tua 71,42% termasuk dalam kategori “sudah menerapkan” mengurangi bekal makanan hanya dengan mie instan saja dengan bobot 75, sebanyak 28,57% orang tua termasuk dalam kategori “kadang menerapkan” mengurangi bekal makanan hanya dengan mie instan saja dengan bobot 20, dan sebanyak 0% orang tua termasuk dalam kategori “tidak menerapkan” mengurangi bekal makanan hanya dengan mie instan saja dengan bobot 0.

#### **4.2 Penemuan penelitian**

Peneliti melakukan penelitian tentang peran orang tua terhadap pemberian gizi seimbang untuk bekal anak yang dilakukan di PAUD Bina Harapan yang berlokasi di desa Muara Tabun Kecamatan VII Koto Kabupaten Tebo. Keadaan PAUD ini memiliki 4 ruangan yang terdiri atas 1 ruang yang digunakan sebagai kantor dan 3 ruang kelas. Di PAUD ini terdapat 1 taman bermain. Di setiap kelas

juga tersedia tempat cuci tangan, rak buku, meja guru, meja anak, kursi, dan alat-alat permainan edukatif yang dapat digunakan sebagai penunjang sarana dan prasarana dalam pembelajaran.

#### 4.3 Deskripsi pembahasan penelitian

Berdasarkan hasil pengolahan data yang diperoleh dari penyebaran angket terhadap 35 responden, kemudian diolah dengan menggunakan teknik statistik, maka diperoleh hasil penelitian yang disajikan pada gambar 4.2 dimana akan terlihat rata-rata persentase frekuensi jawaban responden pada masing-masing indikator dari 25 item pernyataan analisis peran orang tua terhadap pemberian gizi seimbang untuk bekal anak di PAUD Bina Harapan desa Muara Tabun yang menunjukkan bahwa peran orang tua terhadap pemberian gizi seimbang untuk bekal anak memiliki kualitas “Baik”.

**Tabel 4.5** Hasil Angket Peran orang tua terhadap pemberian gizi seimbang untuk bekal anak di PAUD Bina Harapan desa Muara Tabun

| No.              | Indikator   | Rata-rata persentase jawaban | Aspek Kualitas |
|------------------|-------------|------------------------------|----------------|
| 1                | Pembimbing  | 80%                          | Baik           |
| 2                | Motivator   | 93%                          | Sangat Baik    |
| 3                | Fasilitator | 96%                          | Sangat Baik    |
| <b>Rata-rata</b> |             | <b>67%</b>                   | <b>Baik</b>    |

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa peran orang tua terhadap pemberian gizi seimbang untuk bekal anak ke sekolah berada pada kualitas “Baik” dengan rata-rata persentase keseluruhan indikator penelitian yang diperoleh sebesar 67%.

Dari hasil penelitian di atas dapat disimpulkan bahwa peran orang tua terhadap pemberian gizi seimbang untuk bekal anak ke sekolah di PAUD Bina Harapan desa Muara Tabun berada pada tingkatan “Baik”. Hal tersebut telah di



sesuaikan dengan indikator peran orang tua yang tercantum dalam (Arifin 1992) yaitu orang tua sebagai pembimbing, motivator, dan fasilitator.

### **1. Analisis Peran Orang Tua Terhadap Pemberian Gizi Seimbang Untuk Bekal Anak Di PAUD Bina Harapan Pada Aspek Orang Tua Sebagai Pembimbing**

Presentase frekuensi jawaban dari 25 item pernyataan mengenai analisis peran orang tua terhadap pemberian gizi seimbang untuk bekal anak di PAUD Bina Harapan desa Muara Tabun pada aspek mengenal orang tua sebagai pembimbing dengan capaian sebesar 80%. Hal ini dibuktikan dengan pengolahan angket sebagaimana telah dijabarkan pada tabel diatas analisis peran orang tua terhadap pemberian gizi seimbang untuk bekal anak di PAUD Bina Harapan desa Muara Tabun yang meliputi orang tua sudah mampu orang tua membiasakan anak makan sayur dan buah-buahan, serta mengajak anak membuat kreasi bekal yang bergizi.

Fakta tersebut di dukung dengan pendapat Grolnick & Pomerantz (2009) yang menyatakan bahwa orang tua memberikan bimbingan dan pola berkaitan dengan makanan yang dikonsumsi sehingga akan memudahkan pembentukan kebiasaan makan yang baik sejak dini, serta membiasakan anak makan buah dan sayur. Pendapat tersebut juga didukung oleh Choi et al., (2018) Dampak positif yang didapatkan dengan mengkonsumsi buah dan sayuran telah banyak dilaporkan bahwa berdampak bagi kesehatan mental anak-anak hingga dewasa. Hal ini disebabkan karena buah dan sayuran mengandung banyak unsur gabungan dari beragam vitamin, mineral, maupun antioksidan yang sangat dibutuhkan anak

pada pada masa pertumbuhan dan perkembangan. Penting bagi orang tua untuk selalu memperhatikan asupan gizi yang dibutuhkan oleh anak di masa golden age.

Pada item pernyataan nomor 1 peneliti menemukan, bahwa sebagian orang tua 65,71% termasuk dalam kategori “sudah menerapkan” dengan bobot 69, sebanyak 20% orang tua termasuk dalam kategori “kadang menerapkan” dengan bobot 14, dan sebanyak 14,28% orang tua termasuk dalam kategori “tidak menerapkan” dengan bobot 5 untuk item pernyataan orang tua mampu membuat kreasi berbagai bentuk dari olahan makanan.

Pada item pernyataan nomor 2 peneliti menemukan, bahwa sebagian orang tua 51,42% termasuk dalam kategori “sudah menerapkan” dengan bobot 54, sebanyak 34,28% orang tua termasuk dalam kategori “kadang menerapkan” dengan bobot 24, dan sebanyak 17,14% orang tua termasuk dalam kategori “tidak menerapkan” dengan bobot 6 untuk item pernyataan orang tua mampu membekali buah-bauhan seperti jeruk, strawberi, dll.

Pada item pernyataan nomor 3 peneliti menemukan, bahwa sebagian orang tua 48,57% termasuk dalam kategori “sudah menerapkan” dengan bobot 51, sebanyak 28,57% orang tua termasuk dalam kategori “kadang menerapkan” dengan bobot 20, dan sebanyak 22,85% orang tua termasuk dalam kategori “tidak menerapkan” dengan bobot 8 untuk item pernyataan orang tua mampu memberikan sayuran dalam kotak makanan anak seperti sayur bayam, brokoli dll.

Pada item pernyataan nomor 4 peneliti menemukan, bahwa sebagian orang tua 100% termasuk dalam kategori “sudah menerapkan” dengan bobot 105,

sebanyak 0% orang tua termasuk dalam kategori “kadang menerapkan” dengan bobot 0, dan sebanyak 0% orang tua termasuk dalam kategori “tidak menerapkan” dengan bobot 0 untuk item pernyataan orang tua mampu membuat menu yang berbeda setiap harinya.

Pada item pernyataan nomor 5 peneliti menemukan, bahwa sebagian orang tua 0% termasuk dalam kategori “sudah menerapkan” dengan bobot 0, sebanyak 34,28% orang tua termasuk dalam kategori “kadang menerapkan” dengan bobot 24, dan sebanyak 65,71% orang tua termasuk dalam kategori “tidak menerapkan” dengan bobot 23 untuk item pernyataan orang tua mampu membuat bekal untuk anak dengan sereal dan buah.

Pada item pernyataan nomor 6 peneliti menemukan, bahwa sebagian orang tua 45,71% termasuk dalam kategori “sudah menerapkan” dengan bobot 48, sebanyak 34,28% orang tua termasuk dalam kategori “kadang menerapkan” dengan bobot 24, dan sebanyak 20% orang tua termasuk dalam kategori “tidak menerapkan” dengan bobot 7 untuk item pernyataan orang tua mampu membuat menu sayuran yang bervariasi yang disukai anak.

Pada item pernyataan nomor 7 peneliti menemukan, bahwa sebagian orang tua 34,28% termasuk dalam kategori “sudah menerapkan” dengan bobot 36, sebanyak 51,42% orang tua termasuk dalam kategori “kadang menerapkan” dengan bobot 36, dan sebanyak 14,28% orang tua termasuk dalam kategori “tidak menerapkan” dengan bobot 5 untuk item pernyataan orang tua mampu membuat menyediakan roti tawar dengan isian bervariasi untuk anak.

## **2. Analisis Peran Orang Tua Terhadap Pemberian Gizi Seimbang Untuk Bekal Anak Di PAUD Bina Harapan Pada Aspek Orang Tua Sebagai motivator**

Presentase frekuensi jawaban dari 25 item pernyataan mengenai analisis peran orang tua terhadap pemberian gizi seimbang untuk bekal anak di PAUD Bina Harapan desa Muara Tabun pada aspek mengenal orang tua sebagai motivator dengan capaian sebesar 93%. Hal ini dibuktikan dengan pengolahan angket sebagaimana telah dijabarkan pada tabel diatas analisis peran orang tua terhadap pemberian gizi seimbang untuk bekal anak di PAUD Bina Harapan desa Muara Tabun yang meliputi orang tua sudah mampu mencontohkan dan membiasakan diri mengkonsumsi makanan yang dibutuhkan tubuh dan memberikan stimulasi gizi yang intensif untuk anak.

Fakta tersebut di dukung dengan pendapat Brown et al, (2004: 262) yang menyatakan bahwa menemukan hubungan antara motivasi ibu tentang kesehatan dengan kualitas asupan gizi anak. Ibu yang memiliki motivasi tinggi akan memberikan asupan gizi yang baik pada makanan anak. Aturan orang tua sebagai kontrol bagi konsumsi anak dapat dilakukan dalam bentuk pemberian hadiah jika anak mengonsumsi makanan bergizi, akan tetapi hadiahnya pun harus makanan yang bergizi pula. Membentuk kebiasaan anak terhadap apa yang anak konsumsi tiap hari dan kebiasaan-kebiasaan makan yang membawa pada kesehatan. Jenis dan jumlah zat gizi yang dikonsumsi sesuai dengan angka kecukupan gizi dan sesuai dengan yang dibutuhkan tubuh anak.

Pada item pernyataan nomor 8 peneliti menemukan, bahwa sebagian orang tua 100% termasuk dalam kategori “sudah menerapkan” dengan bobot 105, sebanyak 0% orang tua termasuk dalam kategori “kadang menerapkan” dengan bobot 0, dan sebanyak 0% orang tua termasuk dalam kategori “tidak menerapkan” dengan bobot 0 untuk item pernyataan orang tua mampu memberikan makanan yang mengandung karbohidrat seperti nasi, mie, dll.

Pada item pernyataan nomor 9 peneliti menemukan, bahwa sebagian orang tua 77,14% termasuk dalam kategori “sudah menerapkan” dengan bobot 81, sebanyak 22,85% orang tua termasuk dalam kategori “kadang menerapkan” dengan bobot 16, dan sebanyak 0% orang tua termasuk dalam kategori “tidak menerapkan” dengan bobot 0 untuk item pernyataan orang tua mampu memberikan makanan yang mengandung protein seperti ikan, telur, tempe, dll.

Pada item pernyataan nomor 10 peneliti menemukan, bahwa sebagian orang tua 60% termasuk dalam kategori “sudah menerapkan” dengan bobot 63, sebanyak 40% orang tua termasuk dalam kategori “kadang menerapkan” dengan bobot 28, dan sebanyak 0% orang tua termasuk dalam kategori “tidak menerapkan” dengan bobot 0 untuk item pernyataan orang tua mampu memberikan makanan yang mengandung lemak seperti daging ayam, keju, dll.

Pada item pernyataan nomor 11 peneliti menemukan, bahwa sebagian orang tua 100% termasuk dalam kategori “sudah menerapkan” dengan bobot 105, sebanyak 0% orang tua termasuk dalam kategori “kadang menerapkan” dengan bobot 0, dan sebanyak 0% orang tua termasuk dalam kategori “tidak menerapkan”

dengan bobot 0 untuk item pernyataan orang tua mampu menyediakan porsi makanan sesuai dengan kebutuhan tubuh anak.

Pada item pernyataan nomor 12 peneliti menemukan, bahwa sebagian orang tua 100% termasuk dalam kategori “sudah menerapkan” dengan bobot 105, sebanyak 0% orang tua termasuk dalam kategori “kadang menerapkan” dengan bobot 0, dan sebanyak 0% orang tua termasuk dalam kategori “tidak menerapkan” dengan bobot 0 untuk item pernyataan orang tua mampu memasak makanan untuk anak sendiri (tidak beli diluar).

Pada item pernyataan nomor 13 peneliti menemukan, bahwa sebagian orang tua 48,57% termasuk dalam kategori “sudah menerapkan” dengan bobot 71, sebanyak 28,57% orang tua termasuk dalam kategori “kadang menerapkan” dengan bobot 20, dan sebanyak 22,85% orang tua termasuk dalam kategori “tidak menerapkan” dengan bobot 8 untuk item pernyataan orang tua mampu menyiapkan susu untuk bekal anak sehingga diperoleh.

Pada item pernyataan nomor 14 peneliti menemukan, bahwa sebagian orang tua 48,57% termasuk dalam kategori “sudah menerapkan” dengan bobot 71, sebanyak 28,57% orang tua termasuk dalam kategori “kadang menerapkan” dengan bobot 10, dan sebanyak 22,85% orang tua termasuk dalam kategori “tidak menerapkan” dengan bobot 8 untuk item pernyataan orang tua mampu membuat bekal untuk anak dengan menu ikan yang disukai anak.

Pada item pernyataan nomor 15 peneliti menemukan, bahwa sebagian orang tua 0% termasuk dalam kategori “sudah menerapkan” dengan bobot 0, sebanyak 37,14% orang tua termasuk dalam kategori “kadang menerapkan” dengan bobot 26, dan sebanyak 62,85% orang tua termasuk dalam kategori “tidak

menerapkan” dengan bobot 22 untuk item pernyataan orang tua mampu menyediakan vitamin C dalam bekal anak.

### **3. Analisis Peran Orang Tua Terhadap Pemberian Gizi Seimbang Untuk Bekal Anak Di PAUD Bina Harapan Pada Aspek Orang Tua Sebagai fasilitator**

Presentase frekuensi jawaban dari 25 item pernyataan mengenai analisis peran orang tua terhadap pemberian gizi seimbang untuk bekal anak di PAUD Bina Harapan desa Muara Tabun pada aspek mengenal orang tua sebagai fasilitator dengan capaian sebesar 96%. Hal ini dibuktikan dengan pengolahan angket sebagaimana telah dijabarkan pada tabel diatas analisis peran orang tua terhadap pemberian gizi seimbang untuk bekal anak di PAUD Bina Harapan desa Muara Tabun yang meliputi orang tua sudah mampu membiasakan membawa bekal makanan kepada anak dengan memberikan nutrisi yang cukup, mengurangi pemberian makanan yang kurang bergizi, memperhatikan kebersihan makanan anak, serta orang tua mampu membuat kreasi bekal dengan menu sayuran dan buah-buahan. Fakta tersebut didukung dengan pendapat Muaris (2006) yang menyebutkan bahwa membiasakan membawa bekal makan siang (lunch box) ke sekolah, merupakan sebuah gaya hidup yang perlu diterapkan kepada anak oleh setiap orangtua. Manfaat dari membawa bekal makan siang (lunch box) untuk menghindari konsumsi makanan yang tidak sehat, menjamin kondisi tubuh yang lebih sehat, serta belajar untuk memilah-milah makanan yang sehat dan bergizi.

Selalu memperhatikan kebersihan makanan dan tempat bekal makanan anak serta mengurangi pemberian makanan yang bergizi seperti jajan

sembarangan merupakan hal yang tidak bisa dijamin mutu kebersihan makanan tersebut, selain itu nilai gizi yang tidak dapat diketahui apakah makanan tersebut mengandung gizi atau tidak. Pendapat Muaris didukung oleh Olvista yang mengungkapkan bahwa membawa bekal makanan merupakan sebuah kebiasaan baik bagi anak, dengan membawakan bekal makanan kepada anak maka dapat memastikan bahwa anak mendapatkan makanan yang cukup dan menghindari anak merasa kelaparan yang dapat mempengaruhi kesehatan serta konsentrasi belajar anak.

Pada item pernyataan nomor 16 peneliti menemukan, bahwa sebagian orang tua 80% termasuk dalam kategori “sudah menerapkan” dengan bobot 84, sebanyak 20% orang tua termasuk dalam kategori “kadang menerapkan” dengan bobot 14, dan sebanyak 0% orang tua termasuk dalam kategori “tidak menerapkan” dengan bobot 0 untuk item pernyataan orang tua mampu membatasi pemberian jajanan ringan seperti ciki-ciki, wafer, dll.

Pada item pernyataan nomor 17 peneliti menemukan, bahwa sebagian orang tua 100% termasuk dalam kategori “sudah menerapkan” dengan bobot 105, sebanyak 0% orang tua termasuk dalam kategori “kadang menerapkan” dengan bobot 00, dan sebanyak 0% orang tua termasuk dalam kategori “tidak menerapkan” dengan bobot 0 untuk item pernyataan orang tua mampu menyediakan air minum untuk dibawa anak kesekolah.

Pada item pernyataan nomor 18 peneliti menemukan, bahwa sebagian orang tua 100% termasuk dalam kategori “sudah menerapkan” dengan bobot 105, sebanyak 0% orang tua termasuk dalam kategori “kadang menerapkan” dengan



bobot 0, dan sebanyak 0% orang tua termasuk dalam kategori “tidak menerapkan” dengan bobot 0 untuk item pernyataan orang tua mampu memperhatikan makanan untuk anak.

Pada item pernyataan nomor 19 peneliti menemukan, bahwa sebagian orang tua 100% termasuk dalam kategori “sudah menerapkan” dengan bobot 105, sebanyak 0% orang tua termasuk dalam kategori “kadang menerapkan” dengan bobot 0, dan sebanyak 0% orang tua termasuk dalam kategori “tidak menerapkan” dengan bobot 0 untuk item pernyataan orang tua mampu memperhatikan kebersihan kotak makanan anak.

Pada item pernyataan nomor 20 peneliti menemukan, bahwa sebagian orang tua 57,14% termasuk dalam kategori “sudah menerapkan” dengan bobot 60, sebanyak 42,85% orang tua termasuk dalam kategori “kadang menerapkan” dengan bobot 30, dan sebanyak 0% orang tua termasuk dalam kategori “tidak menerapkan” dengan bobot 0 untuk item pernyataan orang tua mampu mengurangi pemberian makanan instan seperti mie instan, sosis, dll.

Pada item pernyataan nomor 21 peneliti menemukan, bahwa sebagian orang tua 100% termasuk dalam kategori “sudah menerapkan” dengan bobot 105, sebanyak 0% orang tua termasuk dalam kategori “kadang menerapkan” dengan bobot 0, dan sebanyak 0% orang tua termasuk dalam kategori “tidak menerapkan” dengan bobot 0 untuk item pernyataan orang tua mampu mengurangi pemberian bekal makanan yang terlalu banyak mengandung garam seperti makanan cepat saji (frozen food/makanan beku) dan makanan kaleng (kornet).

Pada item pernyataan nomor 22 peneliti menemukan, bahwa sebagian orang tua 48,57% termasuk dalam kategori “sudah menerapkan” dengan bobot 51, sebanyak 37,14% orang tua termasuk dalam kategori “kadang menerapkan” dengan bobot 26, dan sebanyak 0,85% orang tua termasuk dalam kategori “tidak menerapkan” dengan bobot 3 untuk item pernyataan orang tua mampu mengurangi bekal makanan yang tinggi gula seperti aneka kue (brownis, coklat, dll).

Pada item pernyataan nomor 23 peneliti menemukan, bahwa sebagian orang tua 51,42% termasuk dalam kategori “sudah menerapkan” dengan bobot 54, sebanyak 22,85% orang tua termasuk dalam kategori “kadang menerapkan” dengan bobot 16, dan sebanyak 28,57% orang tua termasuk dalam kategori “tidak menerapkan” dengan bobot 10 untuk item pernyataan orang tua mampu mengurangi bekal makanan yang terlalu berminyak seperti gorengan.

Pada item pernyataan nomor 24 peneliti menemukan, bahwa sebagian orang tua 100% termasuk dalam kategori “sudah menerapkan” dengan bobot 105, sebanyak 0% orang tua termasuk dalam kategori “kadang menerapkan” dengan bobot 0, dan sebanyak 0% orang tua termasuk dalam kategori “tidak menerapkan” dengan bobot 0 untuk item pernyataan orang tua mampu memberikan makanan anak yang kaya vitamin.

Pada item pernyataan nomor 25 peneliti menemukan, bahwa sebagian orang tua 71,42% termasuk dalam kategori “sudah menerapkan” dengan bobot 75, sebanyak 28,57% orang tua termasuk dalam kategori “kadang menerapkan” dengan bobot 20, dan sebanyak 0% orang tua termasuk dalam kategori “tidak

menerapkan” dengan bobot 0 untuk item pernyataan orang tua mampu mengurangi bekal makanan hanya dengan mie instan saja.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan identifikasi data diatas, maka penulis dapat mengutarakan kesimpulan bahwa analisis peran orang tua terhadap pemberian gizi seimbang untuk bekal anak di PAUD Bina Harapan desa Muara Tabun secara umum berada pada kualitas yang “Baik” dilihat dari hasil rata-rata persentase 67%. Peran orang tua terhadap pemberian gizi seimbang untuk bekal anak di PAUD Bina Harapan desa Muara Tabun pada masing-masing aspek yaitu:

1. Analisis peran orang tua terhadap pemberian gizi seimbang untuk bekal anak ke sekolah pada aspek orang tua sebagai pembimbing di PAUD Bina Harapan desa Muara Tabun pada kualitas “Baik” dilihat dari persentase mencapai 80%.
2. Analisis peran orang tua terhadap pemberian gizi seimbang untuk bekal anak ke sekolah pada aspek orang tua sebagai motivator di PAUD Bina Harapan desa Muara Tabun pada kualitas “Sangat Baik” dilihat dari persentase mencapai 93%.
3. Analisis peran orang tua terhadap pemberian gizi seimbang untuk bekal anak ke sekolah pada aspek orang tua sebagai fasilitator di PAUD Bina Harapan desa Muara Tabun pada kualitas “Sangat Baik” dilihat dari persentase mencapai 96%.

#### **5.2 Saran**

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang diuraikan di atas maka saran penelitian pada akhir penulisan ini adalah sebagai berikut :

1. Bagi orang tua

Hendaklah orang tua lebih memahami dengan asupan gizi yang sesuai dengan kebutuhan anak, selalu menyediakan menu makanan yang berkualitas dan bergizi seimbang untuk menunjang tumbuh kembang anak, serta senantiasa memperhatikan kebersihan peralatan dan bahan makanan yang akan dibawa anak kesekolah.

2. Bagi guru

Hendaklah guru juga menjelaskan kepada anak mana makanan yang bergizi dan mana yang kurang bergizi. Guru juga harus memperhatikan tata cara makan anak, seperti mencuci tangan sebelum makan dan berdoa.

3. Bagi peneliti

Hendaknya hasil penelitian ini dapat ditindak lanjuti dengan mencari solusi kedepannya baik dengan macam-macam objeknya maupun dengan peran orang tuanya yang sesuai dengan indikator yang perlu ditingkatkan lagi. Serta dapat mengambil sampel yang lebih besar dengan jenis penelitian yang berbeda.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anonim. 2018. *Panduan Skripsi*: jambi: FKIP Universitas Jambi
- Arifin (1992) Pokok-pokok Pikiran Tentang Bimbingan dan Penyuluhan Agama. Jakarta: Bulan Bintang.
- Brown, R., Jane, O. 2004. Children's Eating Attitude and Behaviour: a Study of The Modelling and Control Theories of Parental Influence. Health Education Research. 9, (3), 261-271.
- Cakrawati, Dewi dan Mustika NH. 2012. *Bahan pangan, gizi dan kesehatan*. Bandung : Alfabeta.
- Choi, E. B., Lee, J. E., & Hwang, J.-Y. (2018). Fruit and Vegetable Intakes in Relation to Behavioral Outcomes Associated with a Nutrition Education Intervention in Preschoolers. Nutrition Research and Practice, 12(6), 521–526. <https://doi.org/10.4162/nrp.2018.12.6.521>
- Citerawati, Yetti Wira. 2016. *Makanan pendamping ASI*. Yogyakarta : trans medika.
- Djamaluddin, A. (2014). "Filsafat Pendidikan." Istiqra: Jurnal Pendidikan dan Pemikiran Islam 1(2).
- Djoko Pekik Irianto. 2006. Panduan Gizi Lengkap Keluarga dan Olahragawan. Penerbit Andi. Yogyakarta.
- Edi, F. R. S. (2016). *teori wawancara Psikodignostik*. Penerbit LeutikaPrio.
- Grolnick, W. S., & Pomerantz, E. M. (2009). Issues and challenges in studying parental control: Toward a new conceptualization. *Child Development Perspectives*, 3(3), 165-170.
- Inten, Dinar Nur dan Andalusia NP. (2019). "*Literasi Kesehatan pada Anak Usia Dini melalui Kegiatan Eating Clean*." Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan.
- Kementrian Kesehatan RI. 2020. *Buku Kesehatan Ibu dan Anak*. Jakarta : Kementrian kesehatan dan JICA Anak Usia Dini. 3(2): 366-376.
- Lestari, D. (2017). *Pemahan orang tua tentang pemenuhan gizi anak melalui Lunch box (bekal makanan) di kelompok bermain IT Sekargading Semarang*.
- Mariasi, C. (2017). *Tanggapan orang tua terhadap program pemberian makanan bergizi pada anak kelompok b3 di raudatul athfal membawamai pontianak* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Pontianak).

- Muaris, H. (2006). *Bekal sekolah untuk anak balita*. Gramedia Pustaka Utama.
- Muhson, A. (2006). "Teknik analisis kuantitatif." Universitas Negeri Yogyakarta. Yogyakarta.
- Mumtakhonah, A. (2019). *Program Kerjasama Orang Tua dan Guru dalam Pemberian Makanan Gizi Seimbang di TK Diponegoro 51 Batuanten Kecamatan Cilongok Kabupaten Banyumas.*
- Novrinda, N., et al. (2017). "Peran Orangtua Dalam Pendidikan Anak Usia Dini Ditinjau Dari Latar Belakang Pendidikan." Jurnal Ilmiah Potensia 2(1): 39-46.
- Permendikbud RI Nomor 137 Tahun 2013 Tentang Standar Nasional Pendidikan Anak Usia Dini. Jakarta: Kemendikbud.
- Purbowati, dkk. *Edukasi Gizi untuk Meningkatkan Kualitas Bekal Makan Anak Usia Prasekolah di TK Teladan Dharma Wanita Ungaran.* Indonesian Journal of Community Empowerment (IJCE). ISSN : 2657-1161.
- Rizka, M. A., & Maskun, M. (2018). Pengaruh Pelatihan Tata Boga Terhadap Sikap Berwirausaha Warga Belajar di SKB (Sanggar Kegiatan Belajar) Gerung Kabupaten Lombok Barat Tahun 2016. *Transformasi: Jurnal Penelitian dan Pengembangan Pendidikan Non Formal Informal*, 3(1).
- Ronitawati, P., Sitoayu, L., Nuzrina, R., Melani, V., Prabowo, M. D. Y., Budiarti, T., & Nabilah, A. (2020). EDUKASI BEKAL SEHAT BERDASARKAN PRINSIP GIZI SEIMBANG DENGAN MEDIA " ISI BEKALKU" PADA SISWA SEKOLAH DASAR. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 4(3), 407-414.
- Saijah, dkk. *Peningkatan pemahaman gizi seimbang pada anak Usia 5-6 tahun di taman kanak-kanak. Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini FKIP UNTAN Pontianak.*
- Soetjiningsih, C. H. (2013). *Karakter Enterpreuner dan Pola Asuh Orangtua.*
- Sugiyono.2015. *Metode Penelitian Dan Pengembangan Research Dan Development.* Bandung : Alfabeta.
- Sujiono, Yuliani Nurani.2013. *Konsep Dasar Pendidikan Anak Usia Dini.* Jakarta: PT Indeks.
- Tridhonanto, Al dan Beranda Agency. 2015. *Mengapa anak mogok sekolah?.* Jakarta : PT Gramedia.
- Utami, Prapti. 2010. *JUS untuk kecerdasan, kesehatan, dan daya tahan tubuh anak.* Jakarta Selatan : PT AgroMedia Pustaka.

