



**um** **surabaya**

*Universitas Muhammadiyah Surabaya*

## **SKRIPSI**

**PENGARUH KEGIATAN MEMBENTUK KREASI  
MAKANAN TERHADAP PEMAHAMAN GIZI  
SEIMBANG ANAK KELOMPOK A DI RA TAPAS AL-  
FALAH SURABAYA**

**LILIS JUWASTUTI  
NIM : 20171114005**

**Dosen Pembimbing  
Ratno Abidin, M.Pd.  
Naili Sa'ida, S.Pd., M.Pd.**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU PENDIDIKAN ANAK USIA DINI  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA  
2020**

**PENGARUH KEGIATAN MEMBENTUK KREASI  
MAKANAN TERHADAP PEMAHAMAN GIZI SEIMBANG  
ANAK KELOMPOK A DI RA TAPAS AL-FALAH  
SURABAYA**

**SKRIPSI**

**Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat  
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan**

**LILIS JUWASTUTI  
NIM : 20171114005**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU PENDIDIKAN ANAK USIA DINI  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA**

**2020**

**Motto:**

**BERDAYAKAN APA YANG ADA DI DALAM DIRIMU UNTUK  
MENGHASILKAN SESUATU YANG BARU DAN ORISINIL**

**ORANG KREATIF SELALU MENEMUKAN CARA-CARA BARU  
MENUJU KESUKSESAN**

**Persembahan:**

Untuk kedua orang tuaku tercinta, suami dan anak-anakku tersayang.

**HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING**

Skripsi yang ditulis oleh Lilis Juwastuti ini telah disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk diujikan tanggal 12 Februari 2020

Dosen Pembimbing

Tanda Tangan

Tanggal

1. Ratno Abidin, M.Pd



12 Februari 2020

2. Naili Sa'ida, M.Pd.



12 Februari 2020

Mengetahui:

Ketua Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini



Drs. Wahono, M.Si

**LEMBAR PENGESAHAN PANITIA UJIAN**

Skripsi ini yang ditulis oleh Lilis Juwastuti telah diuji dan dinyatakan sah oleh Panitia Ujian Tingkat Sarjana (S1) Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Surabaya sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada tanggal 12 Februari 2020

**Dosen Penguji**

**Tanda Tangan**

**Tanggal**

1. Ratno Abidin, M.Pd



12 Februari 2020

2. Naili Sa'ida, M.Pd.



12 Februari 2020

3. Wahono, M.Si



12 Februari 2020

Mengetahui,

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Universitas Muhammadiyah Surabaya,

Dekan,



Endang Hendarwati, SE., M.Pd.

## PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : LILIS JUWASTUTI

NIM : 20171114005

Program Studi : Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini

Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Menyatakan bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar tulisan karya sendiri, bukan hasil plagiasi, baik sebagian maupun keseluruhan. Bila dikemudian hari terbukti hasil plagiasi, saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Universitas Muhammadiyah Surabaya.

Surabaya, Februari 2020

Yang membuat pernyataan,



**(Lilis Juwastuti)**

## KATA PENGANTAR

Bismillahirrohmanirrohim

Dengan nama Allah Yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang. kami panjatkan puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan Rahmat, Taufik serta HidayahNya sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul “Pengaruh Kegiatan Membentuk Kreasi Makanan Terhadap Pemahaman Gizi Seimbang Anak Kelompok A di RA Tapas Al-Falah Surabaya”.

Sebagai persyaratan menyelesaikan studi program sarjana Pendidikan Guru Pendidikan Anak Paud (PG-PAUD), Penulis menyadari bahwa dalam penulisan proposal skripsi ini masih banyak kesalahan dan kekurangan. Proposal ini tidak akan terwujud tanpa adanya bantuan dari berbagai pihak serta bimbingan yang sangat berharga. Dengan terselesaikannya skripsi ini, perkenankanlah penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada yang terhormat:

1. Dr. dr. Sukadiono, M.M. Rektor Universitas Muhammadiyah Surabaya.
2. Endah Hendarwati, SE.,M.Pd. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Surabaya.
3. Drs. Wahono, M.Si. Ketua Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini Universitas Muhammadiyah Surabaya.
4. Ratno Abidin, M.Pd, selaku dosen pembimbing I yang telah memberikan saran demi kesempurnaan skripsi ini.
5. Naili Sa'ida, M.Pd, selaku dosen Pembimbing II yang telah memberikan saran dan masukan demi kesempurnaan skripsi ini.
6. Wahono, M.Si, selaku dosen penguji yang telah memberikan masukan dan saran demi kesempurnaan skripsi ini.
7. Seluruh dosen pada program studi pendidikan guru pendidikan anak usia dini selaku staf pengajar yang telah banyak memberikan ilmunya pada penulis.
8. Teman-teman sejawat di RA Tapas Al-Falah Surabaya dan teman-teman di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Surabaya atas dan bantuannya demi kelancaran penelitian.



Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini jauh dari kesempurnaan untuk itu segala kritik dan saran yang bersifat membangun dari berbagai pihak sangat diharapkan guna menyempurnakan penulisan selanjutnya, atas bantuannya diucapkan terima kasih.

Surabaya, Februari 2020

Penulis



**Lilis Juwastuti**



## DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL .....	i
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN MOTO DAN PERSEMBAHAN .....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN .....	vi
ABSTRAK .....	vii
ABSTRACT.....	viii
KATA PENGANTAR .....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR .....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah .....	4
C. Batasan Masalah.....	5
D. Rumusan Masalah .....	5
E. Tujuan Penelitian.....	6
F. Manfaat Penelitian.....	6
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Kajian Teori .....	8
1. Membentuk Kreasi Makanan .....	8
2. Pemahaman Gizi Seimbang pada Anak Usia Dini.....	12
3. Membentuk Kreasi Makanan Dalam Meningkatkan Gizi Seimbang	18
4. Pertumbuhan dan Perkembangan Anak Usia Dini.....	24
B. Kajian Penelitian yang Relevan/ Penelitian Terdahulu .....	27
C. Kerangka Berpikir .....	29
D. Hipotesis Penelitian.....	30
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Jenis dan Desain Penelitian.....	31
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	33
C. Populasi dan Sampel .....	34
D. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional .....	35
a. Variabel Penelitian .....	35
b. Definisi Operasional.....	36
E. Prosedur Penelitian/ Tahap Penelitian.....	37
F. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data .....	38
G. Teknik Analisis Data.....	41

BAB IV HASIL PENELITIAN	
A. Deskripsi Data dan Hasil Penelitian .....	45
1. Pelaksanaan <i>Pre Test</i> .....	45
2. Pelaksanaan Perlakuan ( <i>Treatment</i> ) .....	47
3. Pelaksanaan <i>Post Test</i> .....	52
B. Pembahasan .....	58
 BAB V PENUTUP	
A. Simpulan .....	61
B. Saran .....	61
DAFTAR PUSTAKA .....	63
 LAMPIRAN-LAMPIRAN	

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Desain Penelitian.....	31
Tabel 3.2	Jadwal Waktu Penelitian.....	34
Tabel 3.3	Instrumen Penelitian Kemampuan Pemahaman gizi seimbang Anak Kelompok A di RA Tapas Al-Falah Surabaya .....	33
Tabel 3.3	Rubrik penilaian kreativitas anak kelompok B dengan kolase .....	39
Tabel 3.4	Rubrik Penilaian Kemampuan Pemahaman gizi seimbang Anak Kelompok A di RA Tapas Al-Falah Surabaya .....	40
Tabel 3.5	Uji Wilcoxon <i>Match Pairs Test</i> .....	42
Tabel 4.1	Hasil <i>Pre Test</i> .....	46
Tabel 4.2	Hasil <i>Post Test</i> .....	52
Tabel 4.3	Data Hasil <i>Pre Test</i> dan <i>Post Test</i> Kelompok A .....	54
Tabel 4.4	Data Selisih (Beda) Nilai Hasil <i>Pre Test</i> dan <i>Post Test</i> Kelompok A .	44
Tabel 4.5	Data Hasil Analisis Teknik Statistik <i>Wilcoxon Matched Pairs Test</i> ....	56

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1	Lokasi Penelitian RA Tapas Al-Falah Surabaya.....	33
Gambar 3.2	Grafik <i>Pre Test</i> dan <i>Post Test</i> .....	54

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Dokumentasi Kegiatan Membentuk Kreasi Makanan Dalam Meningkatkan Pemahaman Gizi Seimbang.....	64
Lampiran 2	Tabel Nilai kritis T pada Uji Tanda-peringkat Berpasangan Wilcoxon .....	69

## DAFTAR PUSTAKA

- Aim, 2010. *Ragam Menu Sehat Untuk Vegetarian*. Yogyakarta: Buku Biru.
- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : PT Rineka Cipta.
- Almatsier, Sunita. 2009. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta : PT Gramedia. Pustaka Utama.
- Muaris, Hindah. 2010. *30 Menu Bekal Anak Sekolah Ala Bento*. Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama.
- Nugroho, R. Insan. 2011. *Jurus Dahsyat Sehat Sepanjang Hayat*. Surakarta: Ziyad Visi Media.
- Novitasari, Ria. 2009. *Membuat Bekal Sekolah*. Bandung: Mitra Sarana.
- Proverawati, Atikah, Kusumawati, Erna. 2011. *Ilmu Gizi Keperawatan Dan Gizi Kesehatan*. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Ratnawati, Sintha. 2001. *Sehat Pangkal Cerdas*. Jakarta : PT Kompas Media Nusantara.
- Soetjningsih, H. Christiana, 2012. *Konsep Pertumbuhan & Kesehatan Anak*. Jakarta: Prenada Media Group.
- Sugiyono. 2007. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sujiono, Y.N, Sujiono, Bambang, 2004. *Menu Pembelajaran Anak Usia dini*. Jakarta : PT Cipta Pendidikan.
- Supariasa, Nyoman. Bakri, Bachyar. Dkk. 2002. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta : EGC.
- Suharsimi Arikunto. 2010. *Metode Penelitian*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Uripi, Vera, 2004. *Menu Sehat Untuk Balita*. Jakarta : PT Puspa Sawara.
- Utami, Prapti. 2010. *Jus Untuk Kecerdasan, Kesehatan, Daya Tahan Tubuh Anak*. Jakarta: PT Agro Media Pustaka.
- Widjaya, MC, 2003. *Gizi Tepat Untuk Perkembangan Otak Dan Kesehatan Balita*. Jakarta : PT Kawan Pustaka.