

**STRATEGI GURU DALAM MENINGKATKAN PEMAHAMAN GIZI
SEIMBANG MELALUI KEGIATAN BEKAL SEHAT DI RA MUSLIMAT
KAUMAN WIRADESA**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh gelar
Sarjana Pendidikan (S.Pd.)



Disusun Oleh :

IKLIMAH MELIA ASTUTI

NIM. 2419080

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN ANAK USIA DINI
FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
K.H. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN**

2023

**STRATEGI GURU DALAM MENINGKATKAN PEMAHAMAN GIZI
SEIMBANG MELALUI KEGIATAN BEKAL SEHAT DI RA MUSLIMAT
KAUMAN WIRADESA**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh gelar
Sarjana Pendidikan (S.Pd.)



Disusun Oleh :

IKLIMAH MELIA ASTUTI

NIM. 2419080

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN ANAK USIA DINI
FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
K.H. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN
2023**

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN KARYA

Yang bertanda tangan dibawah ini

Nama : IKLIMAH MELIA ASTUTI

NIM : 2419080

Judul Skripsi : **STRATEGI GURU DALAM MENINGKATKAN PEMAHAMAN GIZI SEIMBANG MELALUI KEGIATAN BEKAL SEHAT DI RA MUSLIMAT KAUMAN WIRADESA**

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi ini adalah benar-benar hasil karya penulis, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah penulis sebutkan sumbernya. Demikian pernyataan ini penulis buat dengan sebenar-benarnya.

Pekalongan, 17 Oktober 2023

Yang menyatakan



Iklimah Melia Astuti

Triana Indrawati, M.A.
Perum Klaster Satrin
Medono Blok K No. 9

NOTA PEMBIMBING

Lamp. : 4 (empat) Eksemplar
Hal : Naskah Skripsi
Sdri. Iklimah Melia Astuti

Kepada
Yth. Dekan FTIK
UIN K.H. Abdurahman Wahid
Pekalongan
c/q Ketua Prodi PIAUD
di
PEKALONGAN

Assalamu 'alaikum Wr. Wb

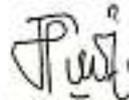
Setelah diadakan penelitian dan perbaikan seperlunya, maka bersama ini saya kirimkan naskah Skripsi saudara:

Nama : IKLIMAH MELIA ASTUTI
NIM : 2419080
Prodi : PENDIDIKAN ISLAM ANAK USIA DINI
Judul Skripsi : STRATEGI GURU DALAM MENINGKATKAN PEMAHAMAN GIZI
SEIMBANG MELALUI KEGIATAN BEKAL SEILAT DI RA
MUSLIMAT KAUMAN WIRADESA

Naskah tersebut sudah memenuhi persyaratan untuk dapat segera dimunaqosahkan, Demikian nota pembimbing ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya, Atas perhatiannya, saya sampaikan terimakasih

Wassalamu 'alaikum Wr. Wb.

Pekalongan, 18 Oktober 2023
Pembimbing



Triana Indrawati, M.A.
NIP. 19870714 201503 2 004



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
K.H. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN
FAKULTAS TARBİYAH DAN ILMU KEGURUAN
Jl. Pahlawan-Rawolaku Kijenek Pekalongan, Tlp. (0285) 412575, Fax. (0285) 421418
Website : fik.uingsdur.ac.id Email : fik@uingsdur.ac.id

PENGESAHAN

Dekan Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Universitas Islam Negeri K.
H. Abdurrahman Wahid Pekalongan mengesahkan skripsi Saudari:

Nama : IKLIMAH MELIA ASTUTI
NIM : 2419080
Judul : STRATEGI GURU DALAM MENINGKATKAN
PEMAHAMAN GIZI SEIMBANG MELALUI KEGIATAN
BEKAL SEHAT DI RA MUSLIMAT KAUMAN
WIRADESA

Telah diujikan pada hari Rabu, tanggal 16 November 2023 dan dinyatakan
LULUS serta diterima sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana
Pendidikan (S. Pd.).

Dewan Penguji

Penguji I

Dr. Hj. Siti Mumun Muniroh, M. A.
NIP. 19820701 200501 2 003

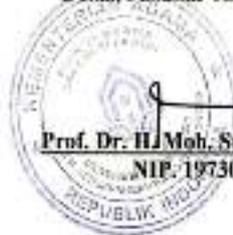
Penguji II

M. Adin Setyawan, M. Psi.
NIP. 19920911 201903 1 014

Pekalongan, 22 November 2023

Disahkan Oleh

Dekan Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan



Prof. Dr. H. Moh. Sugeng Sholehuddin, M. Ag.
NIP. 19730112 200003 1 001

PERSEMBAHAN

Dengan mengharap ridho Allah SWT. Dan dengan rasa penuh terima kasih yang sebesar-besarnya, skripsi ini ku persembahkan kepada :

1. Kedua orang tua saya Ibu Kusriyati dan Bapak Bambang Suhardi yang senantiasa mendoakan, memberikan dukungan dalam menggapai cita-cita saya. terimakasih engkau adalah motivasi terbesar sampai detik ini.
2. Ibu Ningsih Fadhilah M.Pd selaku dosen wali yang senantiasa membimbing saya dalam masa perkuliahan.
3. Ibu Triana Indrawati, M.A selaku dosen pembimbing, terima kasih banyak untuk ruang dan waktunya selama proses penyusunan skripsi
4. Sahabat dan teman senantiasa memberikan dukungan dan semangat, memberikan motivasi dan mendengarkan keluh kesah serta yang selalu mengisi canda tawaku.
5. Teman-teman seangkatan 2019 jurusan PIAUD

Alamamater tercinta UIN KH. Abdurahman Wahid Pekalongan

MOTTO

بِالنِّيَّةِ الْأَعْمَالُ إِنَّمَا

Artinya: “Sesungguhnya segala sesuatu itu tergantung pada niatnya”

“Entah akan berkarir, atau menjadi ibu rumah tangga, seorang wanita wajib berpendidikan tinggi, karena ia akan menjadi ibu”

Dian sastrowardoyo



ABSTRAK

Iklimah Melia Astuti. 2023, 2419080, Strategi Guru Dalam Meningkatkan Pemahaman Gizi Seimbang Melalui Kegiatan Bekal Sehat di RAM Kauman Wiradesa, Skripsi Fakultas Tarbiyah Jurusan Pendidikan Islam Anak Usia Dini Universitas Islam (UIN) Negeri K.H Abdurahman Wahid Pekalongan.

Dosen Pembimbing : Triana Indrawati, M.A

Kata Kunci : Strategi Guru, Gizi Seimbang, Bekal Sehat

Kegiatan bekal sehat di RAM Kauman wiradesa masih perlu adanya peningkatan dalam hal upaya pemahaman gizi seimbang pada anak usia dini kandungan vitamin nutrisi serta gizi pada makanan yang mereka makan masih perlunya adanya keanekaragaman dalam variasi pemilihan lauk yang bervariasi sehingga dapat meningkatkan minat anak mengenai makanan sehat yang mereka konsumsi dan hidangkan serta pemahaman anak mengenai makanan sehat itu sangat perlu sehingga anak paham mana yang terbaik untuk mereka makan dalam sehari-hari, tentunya harus adanya strategi guru dalam menyampaikan serta mengenalkan kepada anak makanan yang sehat itu agar pemahaman gizi seimbang pada anak tersampaikan.

Permasalahan yang peneliti kemukakan dalam penelitian ini meliputi: 1) Bagaimana strategi guru dalam meningkatkan pemahaman anak mengenai gizi seimbang melalui kegiatan bekal sehat di RAM Kauman Wiradesa? 2) Apa saja faktor yang mempengaruhi strategi guru dalam meningkatkan pemahaman gizi seimbang melalui kegiatan bekal sehat di RAM Kauman Wiradesa?

Penelitian ini bersifat deskriptif dan menggunakan pendekatan kualitatif. Teknik pengumpulan data menggunakan metode observasi, wawancara, dan dokumentasi. Sumber data dalam penelitian adalah sumber data primer dan data sekunder. Teknik analisis dan menggunakan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.

Hasil penelitian ini adalah Strategi guru dalam meningkatkan pemahaman gizi seimbang melalui kegiatan bekal sehat berlangsung pada saat jam istirahat.pertama yaitu persiapan sarana pembelajaran, menyampaikan tujuan pembelajaran, memberikan motivasi terhadap siswa, terampil dalam menyampaikan materi yang digunakan, memberikan kesempatan kepada siswa untuk bertanya dan faktor-faktor yang mempengaruhi strategi guru dalam meningkatkan pemahaman gizi seimbang.

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirahim.....

Alhamdulillah, Puji syukur kehadiran Allah Swt yang telah melimpahkan rahmat, taufiq dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini, Sholawat dan salam penulis panjatkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad Saw, keluarga, para sahabat, para tabi'in dan seluruh umatnya.

Dalam penelitian skripsi ini penulis mengambil judul “STRATEGI GURU DALAM MENINGKATKAN PEMAHAMAN GIZI SEIMBANG MELALUI KEGIATAN BEKAL SEHAT DI RAM KAUMAN WIRADESA”. Dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada yang terhormat:

1. Bapak Prof. DR. H. Zaenal Mustakim, M.Ag., selaku Rektor UIN K.H. Abdurrahman Wahid dan kepada para Wakil Rektor beserta stafnya yang selalu menjadi panutan bagi penulis.
2. Bapak Prof. Dr. H. Moh. Sugeng Sholehuddin, M.Ag., selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan UIN K.H. Abdurrahman Wahid dan kepada seluruh civitas akademika Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan UIN K.H. Abdurrahman Wahid yang telah mempermudah urusan-urusan akademika hingga penulis bisa menyelesaikan skripsi ini.
3. Ibu Triana Indrawati, M.A. Selaku Ketua prodi PAUD FTIK UIN K.H. Abdurhaman Wahid Serta Dosen Pembimbing Skripsi yang telah memberikan motivasi dan arahan dalam menjalani dunia perkuliahan serta penyusunan skripsi.

4. Bapak/ Ibu kepala pustaka beserta stafnya di lingkungan UIN K.H. Abdurrahman Wahid yang telah berpartisipasi dalam memberikan fasilitas peminjaman buku kepada penulis.
5. Ucapan terimakasih yang teramat banyak penulis haturkan kepada orang tua, serta keluarga besar mbah nuriah yang telah mendokan, memperjuangkan, memberikan semangat dan kasih sayang.
6. Teman-teman dan sahabat yang selalu memberikan dukungan dan motivasi kepada penulis untuk lebih giat dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penulis berharap semoga amal baik dari semua pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini mendapatkan balasan pahala dan rahmat dari Allah SWT.

Pekalongan, 25 Oktober 2023
Penulis

IKLIMAH MELIA ASTUTI
NIM.2419080

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN	ii
NOTA PEMBIMBING	iii
PENGESAHAN	iv
PERSEMBAHAN.....	v
MOTTO	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR BAGAN.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR TABEL	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	4
E. Metode Penelitian.....	5
F. Sistematika Penulisan Skripsi	10
BAB II LANDASAN TEORI	12
A. Deskripsi Teori.....	12

1. Strategi Guru	12
2. Pemahaman Gizi Seimbang	17
3. Bekal Sehat.....	26
4. Strategi Guru Dalam Meningkatkan Pemahaman Gizi Seimbang Melalui Kegiatan Bekal Sehat.....	28
5. Faktor-Faktor Dari Pemahaman Gizi Seimbang	29
B. Penelitian Yang Relevan.....	31
C. Kerangka Berfikir.....	37
BAB III HASIL PENELITIAN	44
A. Profil RAM KAUMAN WIRADESA	44
1. Sejarah Singkat Berdirinya RAM Kauman Wiradesa.....	44
2. Bagan Struktur Kepengurusan RAM Kauman Wiradesa.....	45
3. Status Satuan Lembaga RA.....	47
4. Visi, Misi dan Tujuan Lembaga RA	47
5. Deskripsi Subjek Penelitian	49
B. Strategi Guru Dalam Meningkatkan Pemahaman Gizi Seimbang Melalui Kegiatan Bekal Sehat di RA Muslimat Kauman Wiradesa	49
1. Persiapan Sarana Pembelajaran.....	49
2. Menyampaikan Tujuan Pembelajaran.....	52
3. Memberikan Motivasi Terhadap Siswa	56
4. Terampil Dalam Menyampaikan Materi Yang Digunakan.....	58
5. Memberikan Kesempatan Kepada Siswa Untuk Bertanya	61
6. Mengadakan Evaluasi	64

C. Faktor Yang Mempengaruhi Strategi Guru Dalam Meningkatkan Pemahaman Gizi Seimbang Melalui Kegiatan Bekal Sehat di RA Muslimat Kauman Wiradesa	65
BAB IV ANALISIS HASIL PENELITIAN.....	68
A. Analisis Strategi Guru Dalam Meningkatkan Pemahaman Gizi Seimbang Melalui Kegiatan Bekal Sehat di RAM Kauman Wiradesa.....	68
1. Persiapan Sarana dan Prasarana Pembelajaran	68
2. Menyampaikan Tujuan Pembelajaran.....	72
3. Memberikan Motivasi Terhadap Siswa	75
4. Terampil Dalam Menyampaikan Materi Yang Digunakan.....	77
5. Memberikan Kesempatan Kepada Siswa Untuk Bertanya	79
6. Mengadakan Evaluasi	81
B. Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Strategi Guru Dalam Meningkatkan Pemahaman Gizi Seimbang Melalui Kegiatan Bekal Sehat di RA Kauman Wiradesa	83
BAB V PENUTUP.....	87
A. Kesimpulan	87
B. Saran.....	88
DAFTAR PUSTAKA.....	90
LAMPIRAN	

DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Bagan Struktur Kepengurusan RA Muslimat Kauman Wiradesa Kabupaten Pekalongan.....	45
--	----



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Kerangka Pemikiran43



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Tabel Kecukupan Anak Prasekolah Menurut Umur	25
--	----



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Bekal makanan sehat merupakan hal yang vital dalam memenuhi kebutuhan gizi anak selama di sekolah, karena gizi anak dapat terpenuhi melalui bekal yang tersaji. Pentingnya bekal makanan yang memenuhi gizi anak-anak merupakan salah satu bentuk kepedulian orangtua untuk menyediakan makanan yang sehat dan juga mengandung nutrisi untuk pertumbuhan dan perkembangan anak, sebagian besar orangtua menganggap bekal makanan adalah suatu hal yang sepele, hanya menyajikan makanan yang anak-anak sukai tanpa memperhatikan kualitas dan kuantitas mengenai kebutuhan gizi anak seperti komposisi makanan, kandungan gizi, tanggal kadaluarsa atau pengolahan bahan adalah kesalahan besar, anak-anak merupakan pemilih makanan yang sulit dibujuk, banyak orangtua yang akhirnya menyerah memberikan makanan sehat dan menyajikan makanan berupa snack instan yang bisa diperoleh di toko-toko, tanpa melihat komposisi gizi yang terkandung, pengaruh belum dan sesudah sarapan, keterbatasan waktu, kurangnya kemampuan dalam menyajikan makanan yang menarik perhatian anak menjadi alasan orangtua menyajikan snack sebagai bekal makanan anak.¹

¹ Tuti Soenardi, *Bekal Sekolah Untuk Anak*, (Jakarta : PT Gramedia pustaka utama, 2013),Hlm.10.

Gizi seimbang merupakan 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. 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.²

Gizi yang diperoleh seorang anak melalui konsumsi makanan setiap hari berperan besar untuk kehidupan anak tersebut. Untuk dapat memenuhi dengan baik dan cukup, ternyata ada beberapa masalah yang berkaitan dengan konsumsi zat gizi untuk anak prasekolah. Contoh masalah gizi masyarakat mencakup berbagai defisiensi zat gizi atau zat makanan. Seorang anak juga dapat mengalami defisiensi zat gizi tersebut yang berakibat pada berbagai aspek fisik maupun mental. Masalah ini dapat ditanggulangi secara cepat, jangka pendek dan jangka panjang serta dapat dicegah oleh masyarakat sendiri sesuai dengan klasifikasi dampak defisiensi zat gizi, antara lain melalui pengaturan makan yang benar.³

² Almatsier, . 2010. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.

³ Rusilanti, et.al. *Gizi dan Kesehatan Anak Prasekolah* (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2015), 132.

Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan di RAM Kauman Wiradesa terkait dengan permasalahan gizi seimbang pada anak usia dini melalui penerapan makanan sehat berupa jajan ringan dan chiki dengan belum tepenuhinya kadar kecukupan pada gizi seimbang, maka upaya dan strategi yang dilakukan oleh guru yaitu menyediakan makanan dan jajan sehat berupa sate buah, sate telur puyuh dan makanan lainnya, dengan kecukupan gizi seimbang yang terpenuhi. dimakan pada saat jam istirahat berlangsung, upaya ini dilakukan oleh guru agar siswa dapat tercukupi dalam pemenuhan gizinya karena faktor gizi sangat mempengaruhi perkembangan dan pertumbuhan pada anak usia dini. Kemudian guru juga memberikan makanan tambahan yang diberikan 1 bulan sekali meliputi; nasi, sayur sop dan ayam. atau dengan menu makanan yang lain, sesuai dengan kebutuhan gizi pada anak. Selain dengan strategi tersebut guru juga memberikan edukasi kepada siswa pada saat kegiatan dilaksanakan, guru memberikan edukasi kepada walimurid untuk selalu memberikan perhatian terkait kecukupan gizi seimbang pada saat mereka dirumah. agar nantinya dapat menstimulasi pertumbuhan pada anak dan upaya tersebut mencegah terjadinya angka stunting pada balita dan anak usia dini.

maka sangat penting untuk melakukan kegiatan penelitian, untuk mengetahui upaya atau strategi guru dalam meningkatkan pemahaman tentang gizi seimbang pada anak usia dini. Sehingga membuat peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih dalam lagi dengan mengangkat judul “Strategi Guru Dalam Meningkatkan Pemahaman Gizi Seimbang

Melalui Kegiatan Bekal Sehat di RA Muslimat Kauman Wiradesa”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti akan memaparkan beberapa rumusan masalah yang berkaitan dengan judul penelitian ini, sebagai berikut :

1. Bagaimana strategi guru dalam meningkatkan pemahaman gizi seimbang melalui kegiatan bekal sehat di RAM Kauman Wiradesa?
2. Apa saja faktor yang mempengaruhi strategi guru dalam meningkatkan pemahaman gizi seimbang melalui kegiatan bekal sehat di RAM Kauman Wiradesa?

C. Tujuan Penelitian

Dengan adanya rumusan masalah yang telah disebutkan, maka penelitian ini mempunyai tujuan:

1. Untuk mengetahui strategi guru dalam meningkatkan pemahaman gizi seimbang melalui kegiatan bekal sehat di RAM Muslimat Kauman Wiradesa.
2. Untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi strategi guru dalam meningkatkan pemahaman gizi seimbang melalui kegiatan bekal sehat di RA Muslimat Kauman Wiradesa.

D. Manfaat Penelitian

1. Kegunaan Teoritis

- a. Sebagai bahan rujukan mengenai upaya strategi guru dalam meningkatkan pemahaman gizi seimbang melalui kegiatan bekal sehat di RA Muslimat Kauman Wiradesa.
 - b. Sebagai bahan informasi dan bandingan dalam melakukan penelitian yang serupa dengan masalah ini.
2. Kegunaan Praktis
- a. Bagi guru, Penelitian ini untuk mengetahui tentang metode dan strategi guru dan kepala sekolah dalam meningkatkan tentang pemahaman gizi seimbang dari bekal sehat anak usia dini.
 - c. Bagi orang tua, penelitian ini menambah ilmu dan pengetahuan untuk orang tua dalam meningkatkan pemahaman mengenai bekal sehat untuk kecukupan gizi seimbang pada anak usia dini.
 - d. Bagi Siswa, memberikan kebutuhan gizi anak agar tercukupi dalam pemenuhan gizi seimbang serta dapat menstimulasi pertumbuhan pada anak sehingga anak menjadi baik dan sehat.

E. Metode Penelitian

1. Jenis dan pendekatan
 - a. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan penelitian lapangan (*field research*). Penelitian lapangan merupakan penelitian yang dilakukan ditempat terjadinya gejala-gejala yang diteliti.⁴ Penelitian

⁴ Iskandar, *Metodelogi penelitian pendidikan dan sosial* (Jakarta : Gaung Persada Press, 2008), hlm. 17.

lapangan memiliki bertujuan untuk memecahkan masalah praktis dalam kegidupan sehari-hari. Dengan melakukan penelitian lapangan, memungkinkan untuk menentukan pengumpulan data dan informasi tentang strategi guru dalam meningkatkan pemahaman gizi seimbang melalui kegiatan bekal sehat di RAM Kauman Wiradesa.

b. Pendekatan Penelitian

Pendekatan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu pendekatan kualitatif. Pendekatan kualitatif adalah penelitian yang bertujuan untuk menjelaskan dan menganalisis fenomena, persepsi, peristiwa, hubungan, kepercayaan, hubungan, aktivitas social dan pemikiran manusia secara individu maupun kelompok.⁵

2. Sumber Data

Sumber data yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari dua jenis, yaitu:

a. Sumber data primer

Sumber data primer adalah data yang didapatkan oleh peneliti secara langsung ditempat kejadian penelitian melalui narasumber atau responden. Sumber data primer yang dijadikan dalam penelitian ini adalah guru pada wali kelas dan murid B1 di RAM Kauman Wiradesa.

⁵ Nana Syaodih Sukmadinata, Metode Penelitian Pendidikan, (Bandung: PT . Remaja Rosdakarya, 2016), hlm. 60.

b. Sumber data sekunder

Sumber data sekunder adalah sumber data tambahan yang diperoleh dari bahan-bahan tertulis yang berguna sesuai masalah penelitian seperti foto, buku-buku, dokumen, jurnal serta sumber lainnya yang berkaitan dengan objek pembahasan peneliti.

3. Teknik Pengumpulan Data

Teknik yang digunakan dalam pengumpulan dan penelitian ini terdapat tiga instrument pengumpulan data sebagai berikut :

a. Observasi (Pengamatan)

Observasi ini dilakukan untuk mengamati suatu kegiatan yang dilakukan secara langsung ditempat penelitian agar peneliti dapat melihat dari dekat.⁶ Metode ini digunakan untuk peneliti agar memperoleh data faktual mengenai strategi guru dalam meningkatkan pemahaman gizi seimbang melalui kegiatan bekal sehat di RAM Kauman Wiradesa. Peneliti melibatkan diri secara langsung agar memperoleh data yang akurat.

b. Wawancara

Wawancara dilakukan untuk memperoleh data yang didapat ketika melakukan observasi. Wawancara adalah mengumpulkan data yang didapatkan dan dilakukan secara langsung. Menurut Nasution wawancara ialah suatu komunikasi yang berbentuk verbal, yaitu sejenis percakapan yang mempunyai tujuan untuk

⁶ Sudaryono, Metode Penelitian (Jakarta: Kencana, 2016), hlm. 87.

mendapatkan suatu informasi.⁷

Dalam hal ini, metode wawancara digunakan agar peneliti memperoleh data mengenai strategi guru dalam meningkatkan pemahaman gizi seimbang melalui kegiatan bekal sehat di RAM Kauman Wiradesa. Pada metode wawancara narasumber yang diperlukan datanya ialah dari kepala sekolah murid dan wali kelas.

c. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan cara dalam mengumpulkan data yang dilakukan secara langsung di tempat penelitian, yang berisi tentang laporan kegiatan, foto-foto, data-data serta buku-buku yang relevan.⁸ Metode ini dilakukan agar mendapatkan data tentang profil sekolah RAM Kauman Wiradesa mengenai visi dan misi serta struktur organisasi sekolah.

4. Teknik Analisa Data

Analisis data kualitatif induktif dan berkesinambungan, Tujuan akhir analisis data kualitatif untuk memahami, menghasilkan ide dan konsep, serta mengembangkan hipotesis atau teori baru.

a. Reduksi Data

Pada saat melakukan penelitian, peneliti akan memperoleh data dari lapangan. Peneliti perlu mencatat data yang telah

⁷ Sudaryono, Metode Penelitian (Jakarta: Kencana, 2016), hlm. 82.

⁸ Sudaryono, Metode Penelitian (Jakarta: Kencana, 2016), hlm. 90

diperoleh secara teliti dan rinci. Reduksi data ialah proses memilih dan merangkum hal-hal pokok, mencari tema membuang hal yang tidak perlu. Dalam penelitian ini, peneliti akan mengumpulkan data-data yang akan diperoleh dengan cara observasi, wawancara dan dokumentasi terkait strategi guru dalam meningkatkan pemahaman gizi seimbang melalui kegiatan bekal sehat di RAM kaumwan Wiradesa.

b. Penyajian Data

Penyajian data ialah aktifitas menyusun gabungan informasi kemudian memberi harapan penarikan kesimpulan dan pengambil langkah selanjutnya akan ada. Format penyampaian data kualitatif yang berbentuk teks naratif, berupa catatan lapangan, matrik, grafik, jaringan dan bagan. Penyajian data disajikan dengan teks naratif. Setelah melakukan observasi, wawancara dari strategi guru dalam meningkatkan pemahaman gizi seimbang melalui kegiatan bekal sehat di RAM Kauman Wiradesa.

c. Penarikan kesimpulan

Peneliti melakukan penarikan kesimpulan secara berkepanjangan semasa kegiatan lapangan dilakukan. Sejak awal pengumpulan data, peneliti kualitatif menjadi sadar akan keteraturan pola (catatan teoritis), penjelasan konfigurasi yang mungkin jalur sebab akibat, dan pernyataan serta mulai mencari

arti dari awal pengumpulan data. Kesimpulan ini ditangani secara langsung dan terbuka.⁹

F. Sistematika Penulisan Skripsi

Dalam penelitian kali ini sistematika penulisan menjadi salah satu poin penting yang harus disajikan agar penelitian tersaji dengan baik dan terarah. Sistematik penulisan skripsi pada penelitian “ Strategi guru dalam meningkatkan pemahaman gizi seimbang melalui kegiatan bekal sehat di RAM Kauman Wiradesa” sebagai berikut :

BAB I PENDAHULUAN : yang meliputi tentang latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, metode penelitian dan sistematika penulisan.

BAB II LANDASAN TEORI : yang berisi deskripsi teori tentang pengertian strategi guru, pengertian pemahaman gizi seimbang, pengertian bekal sehat, strategi guru dalam meningkatkan pemahaman gizi seimbang melalui kegiatan bekal sehat, faktor-faktor yang mempengaruhi pemahaman gizi seimbang melalui kegiatan bekal sehat, penelitian yang relevan dan kerangka berfikir.

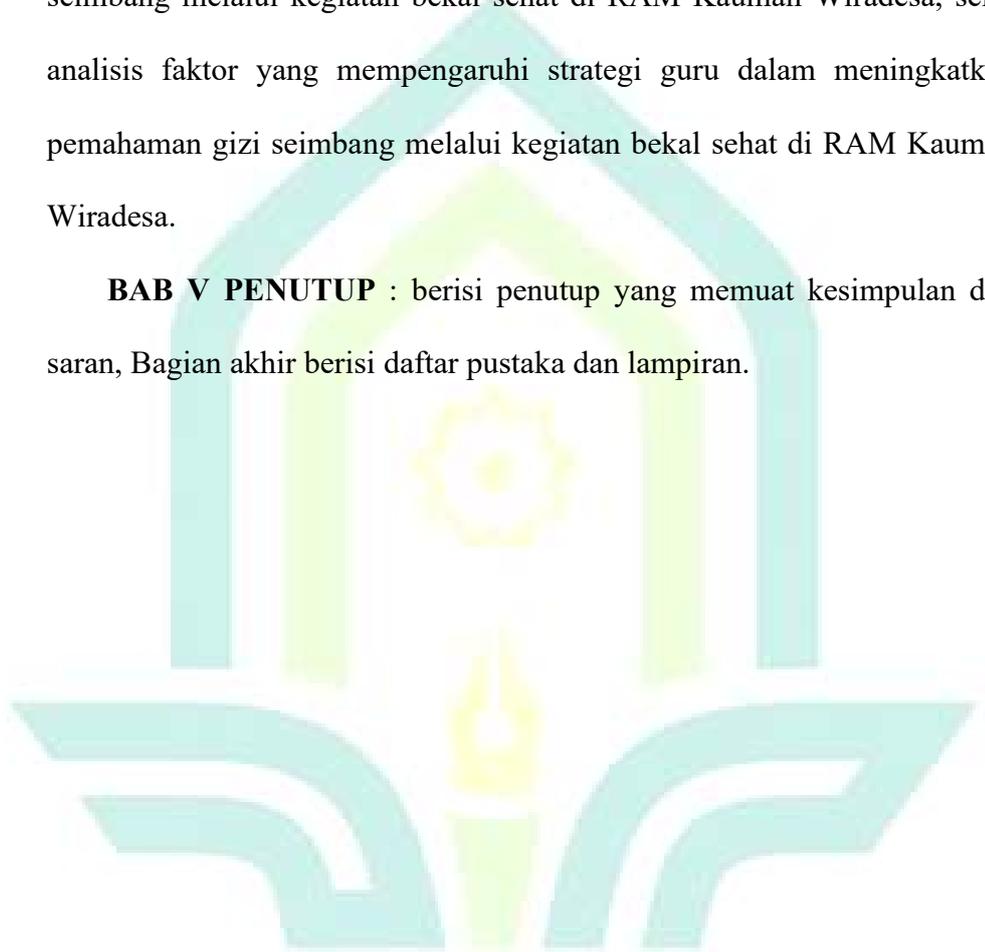
BAB III METODE PENELITIAN : memuat penyajian data yang meliputi gambaran umum sekolah RAM Kauman Wiradesa, Penyajian data strategi guru dalam meningkatkan pemahaman gizi seimbang melalui

⁹ Ahmad Rijali, "Analisis Data Kualitatif", Jurnal Alhadharah, No. 33, (Januari-Juni XVII, 2018) hlm. 91-94

kegiatan bekal sehat di RAM Kauman Wiradesa dan faktor yang mempengaruhi strategi guru dalam meningkatkan pemahaman gizi seimbang melalui kegiatan bekal sehat.

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN : yang memuat analisis tentang strategi gurudalam meningkatkan pemahaman gizi seimbang melalui kegiatan bekal sehat di RAM Kauman Wiradesa, serta analisis faktor yang mempengaruhi strategi guru dalam meningkatkan pemahaman gizi seimbang melalui kegiatan bekal sehat di RAM Kauman Wiradesa.

BAB V PENUTUP : berisi penutup yang memuat kesimpulan dan saran, Bagian akhir berisi daftar pustaka dan lampiran.



BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan data hasil penelitian tentang strategi guru dalam meningkatkan pemahaman gizi seimbang melalui kegiatan bekal sehat di RA Muslimat Kauman Wiradesa, maka peneliti menarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Strategi guru dalam meningkatkan pemahaman gizi seimbang melalui kegiatan bekal sehat berlangsung pada saat anak sedang istirahat dan makan bekal. Berikut ini beberapa strategi guru dalam meningkatkan pemahaman gizi seimbang melalui kegiatan bekal sehat di RA Muslimat Kauman Wiradesa, meliputi: pertama sarana pembelajaran, kedua menyampaikan tujuan pembelajaran, ketiga yaitu memberikan motivasi kepada siswa dari kegiatan bekal sehat ini, keempat terampil dalam menyampaikan materi yang digunakan, kelima yaitu memberikan kesempatan siswa untuk, keenam yaitu evaluasi memberikan evaluasi terhadap anak dengan mengevaluasi berat badan anak untuk melihat pertumbuhan anak setiap bulannya.
2. Faktor yang mempengaruhi strategi guru dalam meningkatkan pemahaman gizi seimbang melalui kegiatan bekal sehat di RA Muslimat Kauman Wiradesa yaitu terdapat beberapa faktor, faktor internal terdapat pada diri anak sendiri, meliputi : Jenis kelamin,

pantangan pada anak sebagian besar pada jenis makanan, pola asuh selain itu juga terdapat faktor eksternal merupakan faktor yang berasal dari luar diri anak, faktor eksternal yang mempengaruhi bekal sehat ini berasal dari lingkungan dan guru serta orang tua.

B. Saran

Dari hasil penelitian yang telah peneliti lakukan, penelitian dapat memberikan beberapa saran mengenai strategi guru dalam meningkatkan pemahaman gizi seimbang melalui kegiatan bekal sehat di RA Muslimat kauman wiradesa sebagai berikut:

1. Bagi sekolah, sebagai sumbangan untuk memperbaiki proses meningkatkan pemahaman gizi seimbang pada anak mengenai kegiatan bekal sehat.
2. Bagi guru kelas, semoga dapat mengembangkan pengetahuan dalam meningkatkan pemahaman gizi seimbang pada anak melalui bekal makanan sehat, dengan memberikan sarana dan prasarana yang dapat mendukung kelancaran kegiatan ini, senantiasa memberikan pemahaman pada anak mengenai gizi seimbang melalui makanan sehat dan memberikan motivasi pada anak agar kelak tumbuh sehat melalui makanan yang mereka konsumsi.

Bagi penelitian selanjutnya, diharapkan bisa menjadikan penelitian ini sebagai tanjakan bagi penelitian lainnya. Sedangkan bentuk

pengembangan penelitian ini bisa menjadikan contoh guru kelas lainnya untuk bisa meningkatkan pemahaman terhadap anak mengenai gizi.



DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier,. 2010. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Asrori. Moh, Mengutip Baron dalam bukunya Psikologi Pembelajaran, (Bandung: Wacana Prima, 2008)
- Azizah Nur Rifatul dan Muhammad Syakur, Strategi Guru dalam Menerapkan Pembelajaran Kontekstual Abad 21 di RA DDI Takkalasi, (Jurnal Sosialisasi, 2020)
- Budimansyah Dasim dkk, Pembelajaran Aktif Kreatif, Efektif, dan Menyenangkan, (Bandung: Ganeshindo, 2008)
- Bukit Servista, dkk., Strategi Guru dalam Menumbuhkan Kemandirian Belajar Siswa taman kanak-kanak, (Jurnal Basicedu, 2022)
- Direktorat Pembinaan Pendidikan Anak Usia Dini, (Kementrian Pendidikan dan kebudayaan,2017), hlm.7.
- et.al Rusilanti,. *Gizi dan Kesehatan Anak Prasekolah* (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2015)
- Hasil Observasi dengan Guru kelas B di RA Muslimat Kauman Wiradesa
- Hasil Wawancara dengan Guru kelas B di RA Muslimat Kauman Wiradesa
- Irianti Djoko Pekik, M.Kes, AIFO, *Pendoman Gizi Lengkap Keluarga & Olahragawan* (Yogyakarta:Penerbit Andi Yogyakarta,2017),
- Iskandar, *Metodelogi penelitian pendidikan dan sosial* (Jakarta : Gaung Persada Press, 2008)
- Johnson Louarne, Pengajaran yang Kreatif dan Menarik, (Indeks, 2008)
- Jumrawarsi dan Neviyarni Suhaili, Peran Seorang Guru dalam Menciptakan Lingkungan Belajar yang Kondusif, Vol.2. No.3. Desember 2020, hal.3.
- Kemenkes RI 2014 ,Pendoman gizi seimbang
- Lestari Desi, *Pemahaman Orang Tua Tentang Pemenuhan Gizi Anak Melalui Lunch Box (Bekal Makanan) Dikelompok Bermain IT Sekargading Semarang*, (Semarang : Universitas Negeri Semarang, 2017).
- Lestaringrum Anik, Perencanaan Pembelajaran Anak Usia Dini, (Nganjuk: CV. Adjie Media Nusantara, 2017)

- Nasution Nurwinda Aulia, Strategi Kepala TK dalam Optimalisasi Sarana Prasarana di RA, (Munaddhomah: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam, 2023)
- Nur Rifiatul Azizah dan Muhammad Syakur, Strategi Guru Dalam Penerapan Pembelajaran Kontekstul Abad 21 di RA DDI Takkalasi, (Jurnal Sosialisasi, 2020)
- Nurchayanti Dewi Dan Ratna Wahyu Pusari, *Upaya Meningkatkan Pengetahuan Makanan Sehat Penerapan Sentra Cooking Pada Kelompok Bermain B Di Paud Baitusshibyaan Kecamatan Berbas Kabupaten Semarang.* (Semarang : universitas negeri semarang, 2015).
- Rahmawati Dahlia, *Peningkatan Pemahaman Gizi Seimbang Pada Anak Melalui Kegiatan Membentuk Kreasi Makanan Dikelompok B Tk Darul Ulum Ngembal Rejo Kec. Bae Kab. Kudus,* (Semarang : Universitas Negeri Semarang, 2017).
- Rijali Ahmad, "Analisis Data Kualitatif", Jurnal Alhadharah, No. 33, (Januari-Juni XVII, 2018)
- Rohman Taufiqur dan Deni Setyadi Nugraha, Strategi Guru dalam Meningkatkan Motivasi Belajar di RA Diponegoro Salatiga, (Tarbawi, 2020)
- Rushdie, *Cara Murah Hidup Sehat Tanpa Zat-Zat Kimia.* (Yogyakarta: Gara Ilmu, 2009)
- S Majestika., *Status Gizi Anak dan faktor yang mempengaruhi.* (Yogyakarta: UNY Press, 2018)
- Saijah, Sri Lestari, dan Abas Yusuf, *Meningkatkan Pemahaman Gizi Melalui Kegiatan Makan Bersama Pada Anak Usia Dini 5-6 Tahun Di Tk Aisyah Bustanul Athfal Menukung* (Melawi : UNTAN Pontianak , 2016). Hlm 1
- Sanjaya Wina, Strategi Pembelajaran Berbasis Standar Proses Pendidikan, (Jakarta: Kencana, 2011), hal. 128
- Santosa Heru Dan Fatwa Imelda, *Kebutuhan Gizi Berbagai Usia,* (Bandung : Media Sains Indonesia, 2022)
- Santoso, S. Dan Ranti, A. L., *Kesehatan Dan Gizi,* (Jakarta: PT Rineka Cipta dan PT Bina Adiaksara, 2018)
- Santoso, S. Dan Ranti, A. L., *Kesehatan Dan Gizi,* (Jakarta: PT Rineka Cipta dan PT Bina Adiaksara, 2018)
- Setiono Panut, dkk., Strategi Guru dalam Pembelajaran Daring pada Masa Covid-19 di RA, (Jurnal Riset Pendidikan Dasar, 2020)

Soenardi Tuti Soenardi, *Bekal Sekolah Untuk Anak*, (Jakarta : PT Gramedia pustaka utama, 2013)

Sudaryono, *Metode Penelitian* (Jakarta: Kencana, 2016)

Sukmadinata Nana Syaodih, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Bandung: PT . Remaja Rosdakarya, 2016)

Suparlan, *Guru sebagai Profesi* (Yogyakarta: Hikayat Publishing, 2006)

Suprihatiningrum Jamil, *Strategi Pembelajaran*, (Yogyakarta: AR-RUZZ MEDIA, 2014)

