

ABSTRAK

Tri Ananda, 190101080854, Pemberian Makanan Sehat Di PAUD Terpadu Tarbiyatul Athfal UIN Antasari Banjarmasin. Pembimbing Skripsi: Dyah Ageng Pramesty Koenarso, M.Pd. Pada Program Studi Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Jurusan Pendidikan Islam Anak Usia Dini UIN Antasari Banjarmasin. 2023

Kata Kunci : Makan Sehat, Anak Usia Dini

Pertumbuhan anak usia dini sangat berpengaruh terhadap kesehatan anak. Anak pada masa sekolah sedang dalam masa perkembangan yang sangat signifikan, di masa ini mereka diberi stimulus mempunyai karakter mandiri dan menyesuaikan dengan lingkungan, pemenuhan kemampuan dan perkembangan anak membutuhkan fisik yang sehat, maka perlu ditunjang oleh keadaan gizi yang baik. Dapat diketahui bahwa asupan gizi bagi anak adalah salah satu elemen penting dalam proses pemberian makanan yang sehat pada anak usia dini. Anak dengan asupan gizi seimbang lebih banyak mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang optimal, asupan nutrisi seimbang akan membuat anak tumbuh sehat dan cerdas.

Penelitian ini bertujuan untuk melihat bagaimana perencanaan dan pelaksanaan pemberian makan sehat pada anak usia dini di PAUD Terpadu Tarbiyatul Athfal UIN Antasari Banjarmasin, serta faktor-faktor yang mempengaruhi pemberian makan sehat pada anak usia dini. Subjek untuk penelitian ini 1 orang kepala sekolah, 1 orang guru, dan 2 orang juru masak di PAUD Terpadu Tarbiyatul Athfal UIN Antasari Banjarmasin. Sedangkan objek penelitian ini adalah pemberian makan sehat pada anak usia dini di PAUD Terpadu Tarbiyatul Athfal UIN Antasari Banjarmasin pada kelompok TK. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian lapangan (*field research*) yang bersifat deskriptif. Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu observasi, wawancara dan dokumentasi. Teknik analisis data Miles and Huberman dengan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan, serta keabsahan data (triangulasi data).

Berdasarkan hasil penelitian, pemberian makan sehat pada anak usia dini di PAUD Terpadu Tarbiyatul Athfal UIN Antasari Banjarmasin merupakan suatu program yang diadakan setiap hari, anak diberikan makanan berat dan ringan yang telah memenuhi syarat makanan bagi anak usia dini. Pemberian makan sehat ini diperlukan perencanaan yang matang sebelum dilaksanakan kegiatan pemberian makan sehat ini kepada anak. Melalui kegiatan ini anak-anak mulai mengenal dan terbiasa untuk memakan makanan yang sehat dan bergizi. Selain itu, ada pula faktor yang mempengaruhi pemberian makan pada anak yaitu ketertarikan anak terhadap makanan, alergi terhadap makanan dan kerjasama sekolah dan orangtua.

ABSTRACT

Tri Ananda, 190101080854, *Healthy Nutrition in Tarbiyatul Athfal UIN Antasari Banjarmasin Integrated PAUD. Thesis Supervisor: Dyah Ageng Pramesty Koenarso, M.Pd. At the Faculty of Tarbiyah and Keguruan Study Program, Department of Early Childhood Islamic Education UIN Antasari Banjarmasin. 2023*

Key Word : *Healthy Eating, Early Childhood*

Early childhood growth is very influential on children's health. Children during the school period are in a very significant period of development, during this time they are given a stimulus to have an independent character and adapt to the environment, the fulfillment of children's abilities and development requires a healthy physique, it must be supported by a good nutritional state. It can be seen that children's nutritional intake is one of the important elements in the process of providing healthy food in early childhood. Children with balanced nutritional intake experience more optimal growth and development, balanced nutritional intake will make children grow healthy and intelligent.

This study aims to see how the planning and implementation of healthy nutrition in early childhood in Integrated PAUD Tarbiyatul Athfal UIN Antasari Banjarmasin, as well as factors that influence healthy nutrition in early childhood. The subjects of this study were 1 headmaster, 1 teacher and 2 cooks in Integrated PAUD Tarbiyatul Athfal UIN Antasari Banjarmasin. While the object of this research is healthy nutrition in early childhood at the Integrated Tarbiyatul Athfal UIN Antasari Banjarmasin PAUD in the kindergarten group. This research uses a qualitative approach with the type of field research (field research) which is descriptive. The data collection techniques used were observation, interviews and documentation. Miles and Huberman data analysis technique with data reduction, data presentation and drawing conclusions as well as data validity (data triangulation).

Based on the results of the study, healthy feeding in early childhood at Integrated PAUD Tarbiyatul Athfal UIN Antasari Banjarmasin is a program that is held every day, children are given heavy and light meals that meet the requirements of food for early childhood. This healthy feeding requires careful planning before implementing this healthy feeding activity to children. Through this activity, children begin to recognize and get used to eating healthy and nutritious food. In addition, there are also factors that influence children's nutrition, namely children's interest in food, food allergies, and cooperation between schools and parents.

