

**HUBUNGAN GIZI DENGAN PERKEMBANGAN KOGNITIF ANAK USIA
DINI DI PAUD KHODIJAH KECAMATAN SUKARAME
BANDAR LAMPUNG**

**Skripsi
Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas dan Memenuhi
Syarat-Syarat Guna Mendapatkan Gelar Sarjana S1
Dalam Ilmu Tarbiyah**



**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG
1441 H / 2019 M**

**HUBUNGAN GIZI DENGAN PERKEMBANGAN KOGNITIF ANAK USIA
DINI DI PAUD KHODIJAH KECAMATAN SUKARAME
BANDAR LAMPUNG**

Skripsi

**Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas dan Memenuhi Syarat-Syarat
Guna Mendapatkan Gelar Sarjana S1 Dalam Ilmu Tarbiyah**



**Pembimbing 1 : Dr. Hj. Nilawati Tadjuddin, M.Si
Pembimbing 2 : Junaidah, MA**

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG
1441 H / 2019 M**

ABSTRAK

Perkembangan kognitif merupakan salah satu kemampuan yang sangat penting untuk dikembangkan sejak usia dini. Namun perkembangan kognitif tidak akan berkembang secara optimal jika tidak di stimulus dan dikembangkan. Berdasarkan observasi pendahuluan di PAUD Khodijah Sukarame Bandar Lampung ditemui perkembangan kognitif anak yang tidak baik 7 anak, cukup berkembang 6 anak, dan baik 2 anak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan yang signifikan antara gizi dengan perkembangan kognitif anak usia dini di PAUD Khodijah Sukarame Bandar Lampung. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan jenis penelitian koresional. Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara gizi dengan perkembangan kognitif anak usia dini di PAUD Khodijah Sukarame Bandar Lampung?”. Populasi dalam penelitian ini adalah peserta didik di PAUD Khodijah Sukarame Bandar Lampung yang berumur 4-5 tahun sebanyak 15 siswa. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan korelasi product moment. Hasil analisis, diketahui bahwa $r_{xy} = 0,913$ dengan jumlah sampel $N = 15$, yang kemudian dikonsultasikan pada tabel dengan taraf signifikansi 5% dihasilkan $0,913 > 0,514$, dengan demikian dapat diketahui bahwa r hitung lebih besar dari r tabel, yang berarti ada korelasi (hubungan) yang signifikan antara gizi dengan perkembangan kognitif anak usia dini di PAUD Khodijah Sukarame Bandar Lampung.

Kata Kunci: Gizi, Perkembangan Kognitif



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS TARBİYAH DAN KEGURUAN

Alamat : Jl. Letkol H. Endro Suratman Sukarame Bandar Lampung Telp. (072) 703260

PERSETUJUAN

Judul Skripsi : HUBUNGAN GIZI DENGAN PERKEMBANGAN KOGNITIF ANAK USIA DINI DI PAUD KHODIJAH KECAMATAN SUKARAME BANDAR LAMPUNG

Nama : EEN TIANINGSIH

NPM : 1511070081

Jurusan : Pendidikan Islam Anak Usia Dini (PIAUD)

Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan

MENYETUJUI

Telah Dimunafasyahkan dan Dipertahankan dalam Sidang Munafasyah
Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung

Pembimbing I

Pembimbing II

Dr. Hj. Nilawati Tadjuddin, M.Si
NIP. 195508261983032002

Junaidah, MA.
NIP. 197611182003122002

Mengetahui

Ketua Jurusan Pendidikan Islam Anak Usia Dini

Dr. H. Agus Jatmiko, M.Pd
NIP. 196208231999031001



KEMENTERIAN AGAMA

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG

FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN

Alamat : Jl. Letkol H. Endro Suratmin Sukarame Bandar Lampung Telp. (072) 703260

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul: **HUBUNGAN GIZI DENGAN PERKEMBANGAN KOGNITIF ANAK USIA DINI DI PAUD KHODIJAH KECAMATAN SUKARAME BANDAR LAMPUNG.** Disusun oleh **Een Tianingsih, NPM: 1511070081,** Jurusan Pendidikan Islam Anak Usia Dini. Telah diujikan dalam Sidang Munaqasyah Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung pada hari/tanggal: Jum'at, 08 November 2019.

TIM PENGUJI

Ketua : Dr. H. Agus Jatmiko, M.Pd

Sekretaris : Kanada Komariyah, M.Pd.I

Penguji Utama : Dr. Hj. Romlah, M.Pd.I

Pembahas Pendamping I : Dr. Hj. Nilawati Tadjuddin, M.Si

Pembahas Pendamping II : Junaidah, MA.

Mengetahui,

Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan

Prof. Dr. Hj. Nirva Diana, M.Pd

NIP. 196408281988032002



(.....)

(.....)

(.....)

(.....)

(.....)

MOTTO

وَاللَّهُ أَخْرَجَكُمْ مِنْ بُطُونِ أُمَّهَاتِكُمْ لَا تَعْلَمُونَ شَيْئًا وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْأَبْصَرَ
وَالْأَفْئِدَةَ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ ﴿٧٨﴾

Artinya: “Dan Allah mengeluarkan kamu dari perut ibumu dalam keadaan tidak mengetahui sesuatu apapun, dan Dia memberi kamu pendengaran, penglihatan dan hati, agar kamu bersyukur”. (QS. An-Nahl : 78).¹



¹Departemen Agama RI, *Al-Quran dan Terjemahannya*, (Bandung: Diponegoro, 2013), h, 275

PERSEMBAHAN

Harta yang paling berharga adalah keluarga, istana yang paling megah adalah keluarga dan kebahagiaan yang tiada tara adalah ketika bersama keluarga. Dengan segala kerendahan hati kupersembahkan skripsi ini kepada orang-orang yang sangat berarti dalam hidupku, dan yang sangat aku sayang, yang tiada henti memberikan semangat dan dukungan kepadaku, teruntuk:

1. Ayahanda (Nurdin) dan Ibunda (Mastiani) tercinta yang senantiasa memberikan do'a, dukungan, motivasi, semangat, dan kasih sayang yang tiada henti dalam meraih keberhasilan dan cita-citaku.
2. Kakakku Febrika Pratama, S.Kom dan adikku Kevin Triyanto tersayang yang selalu memberikan dukungan dan semangat kepadaku.
3. Seluruh keluarga besar yang turut mendoakan dalam penyelesaian skripsiku.
4. Almamater tercinta UIN Raden Intan Lampung yang telah memberikan pengalaman dan pembelajaran kepadaku.

RIWAYAT HIDUP

Een Tianingsih, dilahirkan di Buay Madang pada tanggal 2 Maret 1996, dari pasangan berbahagia bapak Nurdin dan ibu Mastiani, penulis merupakan anak kedua dari tiga bersaudara. Penulis beralamat di Jl. Talang II Pakuan Ratu Kecamatan Pakuan Ratu Kabupaten Way Kanan, Lampung Utara.

Penulis memulai pendidikan pertama Taman Kanak-kanak selama 2 tahun di TK Masthon Sumber Harjo, lulus pada tahun pelajaran 2001/2002, kemudian melanjutkan Sekolah Dasar di SD Negeri 3 Pakuan Ratu Kecamatan Pakuan Ratu Waykanan, lulus pada tahun pelajaran 2007/2008, kemudian melanjutkan di SMP N 1 Pakuan Ratu waykanan, lulus pada tahun pelajaran 2010/2011, setelah lulus SMP penulis melanjutkan pendidikan di SMA Negeri 1 Pakuan Ratu Kecamatan Pakuan Ratu, lulus pada tahun pelajaran 2013/2014, setelah itu penulis memutuskan untuk berhenti 1 tahun dan melanjutkan pendidikan tinggi pada tahun 2015 di UIN Raden Intan Lampung Fakultas Tarbiyah jurusan Pendidikan Islam Anak Usia Dini.

Pada tahun 2018, penulis telah menyelesaikan Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Desa Jatibaru, Kec. Tanjung Bintang, Kab. Lampung Selatan, dan pada Tahun 2019 pula penulis melakukan PPL di TK Assalam Lampung Kec.Way Halim Bandar Lampung.

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan puji syukur kehadirat Allah SWT, yang telah melimpahkan berkat, rahmat, dan hidayahNya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Gizi Dengan Perkembangan Kognitif Anak Usia Dini Di Paud Khodijah Sukarame Bandar Lampung”. Sholawat beserta salam diperuntukkan kepada Nabi besar Muhammad SAW, sahabat, keluarga dan pengikutnya yang taat pada ajaran-ajaran agam-Nya.

Skripsi ini disusun untuk melengkapi tugas-tugas dan memenuhi syarat-syarat guna menyelesaikan Program Strata Satu (SI) Pendidikan Islam Anak Usia Dini (PIAUD) pada Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung..

Dalam menyelesaikan skripsi ini tentunya penulis banyak mendapatkan bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak. Untuk itu pada kesempatan ini penulis merasa perlu menyampaikan rasa terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Hj. Nirva Diana, M.Pd selaku Dekan Fakultas Tarbiyah UIN Raden Intan Lampung
2. Dr. H. Agus Jatmiko, M.Pd, selaku ketua jurusan PIAUD beserta staf jurusan PIAUD
3. Dr. Hj. Nilawati Tadjuddin, M.Si selaku pembimbing I dan Junaidah, MA selaku Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan dan pengarahan kepada penulis.

4. Segenap Dosen dan staf Tata Usaha Fakultas Tarbiyah UIN Raden Intan Lampung yang telah membekali ilmu dan memberikan bantuan dan kemudahan kepada penulis.
5. Rosmiyati, S.Pd selaku kepala sekolah PAUD Khodijah Sukarame Bandar Lampung yang telah memberikan ijin kepada penulis untuk melakukan penelitian.
6. Sahabat terdekatku Zahratur Rahma, Yulia Darti, Sarah Nuryati, Mella Agustina, Siti Asiatun, yang selalu memberikan dukungan, motivasi, dan semangat kepadaku.
7. Rekan-rekan mahasiswa khususnya angkatan tahun 2015 dan semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu-persatu, yang telah memberikan bantuan, baik moral maupun material, sehingga penulisan skripsi ini dapat diselesaikan.

Semoga amal baik semua pihak mendapatkan pahala dari Allah SWT, amin.

Bandar Lampung, November 2019
Penyusun

Een Tianingsih

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
MOTTO	vi
PERSEMBAHAN.....	vii
RIWAYAT HIDUP	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	11
C. Tujuan dan Manfaat Penelitian	12
BAB II LANDASAN TEORI	14
A. Kajian Teori	14
1. Gizi	14
a. Pengertian Gizi	14
b. Kebutuhan dan Kecukupan Gizi pada Balita	15
c. Gizi Untuk Anak Usia Dini	16
d. Ciri-ciri Anak Sehat	23
e. Masalah Gizi pada Bayi dan Balita	25
f. Pendidikan Gizi di Sekolah.....	29
2. Perkembangan Kognitif Anak Usia 4-5 Tahun	31
a. Pengertian Perkembangan Kognitif Anak.....	31
b. Tahap-tahap Perkembangan Kognitif Anak	33
c. Karakteristik Perkembangan Kognitif	38
d. Faktor yang Mempengaruhi Perkembangan Kognitif	42
e. Hubungan Gizi dengan Perkembangan Kognitif Anak	44
B. Tinjauan Pustaka	45
C. Hipotesis	46
BAB III METODE PENELITIAN	48
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian.....	48
B. Populasi dan Sampel Penelitian	49
C. Definisi Operasional Penelitian.....	50
D. Metode Pengumpulan Data	50
E. Instrumen Penelitian.....	52
F. Validitas dan Reliabilitas Instrumen	55
G. Metode Analisis Data	57
H. Uji Hipotesis.....	58
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	61

A. Sejarah Singkat PAUD Khodijah Sukarame Bandar Lampung.....	61
B. Hasil Penelitian.....	63
C. Pembahasan	71
BAB V PENUTUP	74
A. Kesimpulan.....	74
B. Saran	74
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN-LAMPIRAN	



DAFTAR TABEL

Tabel 1 Hasil Observasi Pencapaian Indikator Perkembangan Kognitif Anak di PAUD Khodijah Sukarame Bandar Lampung	10
Tabel 2 Kecukupan Gizi Rata-rata Anak Pra Sekolah	15
Tabel 3 Jumlah Peserta Didik di PAUD Khodijah Sukarame Bandar Lampung	49
Tabel 4 Model Hubungan Antara Variabel Penelitian	50
Tabel 5 Kisi-kisi Angket Gizi	54
Tabel 6 Indikator Perkembangan Kognitif Anak Usia 4-5 Tahun	55
Tabel 7 Interpretasi Koefisien Korelasi	60
Tabel 8 Analisis Hasil Uji Coba Angket Validitas Soal Variabel Gizi.....	64
Tabel 9 Analisis Uji Coba Angket Validitas Soal Variabel Perkembangan Kognitif	65
Tabel 10 Hasil Uji Reliabilitas Angket Gizi	66
Tabel 11 Hasil Uji Angket Reliabilitas Angket Perkembangan Kognitif	66
Tabel 12 Hasil Uji Normalitas Variabel X dan Variabel Y	67
Tabel 13 Hasil Uji Homogenitas Variabel X dan Variabel Y.....	69
Tabel 14 Hasil Uji Korelasi Product Moment Variabel X dan Variabel Y	70



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Daftar Nama Sampel Orang Tua
Lampiran 2	Kisi-kisi Angket
Lampiran 3	Angket Gizi
Lampiran 4	Lembar Penilaian Perkembangan Kognitif Anak
Lampiran 5	Hasil Jawaban Responden Variabel Gizi (X)
Lampiran 6	Hasil Jawaban Responden Variabel Perkembangan Kognitif (Y)
Lampiran 7	Analisis Uji Validitas dan Reliabelitas Variabel Gizi (X)
Lampiran 8	Analisis Uji Validitas dan Reliabelitas Perkembangan Kognitif (X)
Lampiran 9	Analisis Uji Normalitas dan Homogenitas variabel (X) dan (Y)
Lampiran 10	Analisis Uji Pearson Product Moment Variabel Gizi (X) dan Variabel Perkembangan Kognitif (Y)
Lampiran 11	Pedoman Dokumentasi
Lampiran 12	Tabel Nilai-nilai r Product Moment
Lampiran 13	Data Kecukupan Gizi Anak di PAUD Khodijah Sukarame Bandar Lampung
Lampiran 14	Lembar Pengesahan Proposal
Lampiran 15	Surat Permohonan Mengadakan Penelitian dari Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan
Lampiran 16	Surat Keterangan Telah Mengadakan Penelitian dari PAUD Khodijah Sukarame Bandar Lampung

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Berdasarkan Undang-undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang sistem Pendidikan Nasional berkaitan dengan Pendidikan Anak Usia Dini tertulis pada pasal 28 ayat 1 yang berbunyi “Pendidikan Anak Usia Dini diselenggarakan bagi anak sejak lahir sampai dengan enam tahun dan merupakan prasyarat untuk mengikuti pendidikan dasar”. Tujuan Pendidikan Nasional pada pasal 3, UU No 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional menyebutkan “Pendidikan Nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga negara yang demokratis secara bertanggung jawab”.²

Dalam Peraturan Menteri Pendidikan Nasional dan Kebudayaan Republik Indonesia No. 137 Tahun 2014 tentang Standar Nasional Pendidikan Anak Usia Dini pada pasal 35 menjelaskan bahwa “ pelaksanaan program PAUD merupakan integrasi dari layanan pendidikan, pengasuhan, perlindungan, kesehatan dan gizi yang diselenggarakan dalam bentuk satuan

² Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional (SISDIKNAS No 20 Tahun 2003, Yogyakarta Dharma Bakti) h. 5

atau program taman kanak-kanak (TK), Raudhatul Athfal (RA), Bustanul Athfal (BA), Kelompok Bermain (KB), taman Penitipan Anak (TPA), dan Satuan PAUD Sejenis (SPS)”.

Selanjutnya pada Bab III pasal 7 ayat 2 menjelaskan bahwa penambahan berat dan tinggi badan yang mencerminkan kondisi kesehatan dan gizi yang mengacu pada panduan pertumbuhan anak dan dipantau menggunakan instrumen yang dikembangkan oleh kementerian kesehatan meliputi Kartu Menuju Sehat (KMS), Tabel BB/TB, dan alat ukur lingkar kepala.³

Anak usia dini sedang mengalami pertumbuhan dan perkembangan baik fisik maupun mental yang sangat pesat. Sel-sel tubuh anak tumbuh dan berkembang amat cepat. Tahap awal perkembangan janin sangat penting untuk pengembangan sel-sel otak, bahkan pada saat lahir jumlah sel otak tidak bertambah lagi. Selanjutnya setelah lahir terjadi proses mielinasi dari sel-sel syaraf dan pembentukan hubungan antar sel syaraf, dua hal yang sangat penting dalam pembentukan kecerdasan. Makanan bergizi dan seimbang serta stimulasi pikiran sangat diperlukan untuk mendukung proses tersebut.⁴

Menurut Chairinniza K. Graha, gizi adalah unsur yang terkandung di dalam makanan, dimana unsur-unsur itu dapat memberikan suatu manfaat bagi tubuh yang ketika mengkonsumsinya dapat sehat.⁵ Kesehatan merupakan

³ Peraturan Menteri Pendidikan Dan Kebudayaan Republik Indonesia No. 137 Tahun 2014 Tentang Standar Nasional Pendidikan Anak Usia Dini, h. 4-14

⁴ Nilawati Tadjuddin, *Analisis Melejitkan Kompetensi Emosional*. (Bandar Lampung: Harakindo Publishing, 2013) h. 7-8

⁵ Fitri Respati, *Gizi Dan Kesehatan Reproduksi*. (Jakarta: Cakrawala Ilmu, 2015), h. 6

kondisi yang memungkinkan perkembangan fisik, mental, dan sosial yang optimal individu dan harmoni dengan perkembangan lainnya.⁶

Menurut Supariasa, Gizi merupakan suatu proses organisme menggunakan makanan yang dikonsumsi secara normal melalui proses digesti, absorbs, transportasi, penyimpanan, metabolisme, dan pengeluaran zat-zat yang tidak digunakan untuk mempertahankan kehidupan pertumbuhan dan fungsi normal dari organ serta menghasilkan energi.⁷

Dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa gizi merupakan unsur yang terdapat di dalam makanan guna untuk mempertahankan kehidupan pertumbuhan dan fungsi normal dari organ serta menghasilkan energi.

Usia balita merupakan usia prasekolah dimana seorang anak akan mengalami tubuh kembang dan aktivitas yang sangat pesat dibandingkan ketika masih bayi, kebutuhan gizi akan meningkat. Pola makan pada balita sangat berperan penting dalam proses pertumbuhan balita karena di dalam makanan banyak mengandung gizi.⁸ Usia di bawah lima tahun merupakan “usia emas” dalam pembentukan sumberdaya manusia baik dari segi pertumbuhan fisik maupun kecerdasan.⁹ Masalah Kurang Energi Protein (KEP) sebagai salah satu masalah gizi utama yang terjadi pada balita sangat

⁶ Rifda El Fiah, Nilawati Tadjuddin, Development Of Mental Health Counseling Services In Higher Education Institutions. *Proceedings International Conference Of Counseling Education And Psychology (Iconcep)*, 2018. h. 9

⁷ Nurul Huda dan Widya Novi Angga Dewi, Hubungan antara Tingkat Asupan Gizi dan Perkembangan Motorik Kasar pada Anak Usia 4-6 Tahun di Kota Semarang. *Journal of SECE (Studies in Early Childhood Education)*, Vol 1 No. 2, 2018, h. 152.

⁸ Erni Purwani, Mariyam, Pola Pemberian Makan dengan Status Gizi Anak Usia 1 sampai 5 Tahun di Kabupaten Taman Pematang. *Jurnal Leperawatan Anak*. Volume 1, No. 1, Mei 2013; h. 31

⁹ Rona Firmana Putri, et al. Faktor-Faktor Yang Berhubungan dengan Status Gizi Anak Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Nanggalo Padang. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 2015. h. 1

berpengaruh pada proses tumbuh kembang anak.¹⁰ Pemenuhan gizi pada anak usia dibawah lima tahun (balita) merupakan faktor yang perlu diperhatikan dalam menjaga kesehatan, karena masa balita merupakan periode perkembangan yang rentan gizi.¹¹

Asupan gizi yang harus terpenuhi untuk anak juga dijelaskan dalam ajaran islam seperti yang dituangkan dalam Qur'an surat Al-Maidah ayat 88 sebagai berikut:

وَكُلُوا مِمَّا رَزَقَكُمُ اللَّهُ حَلَالًا طَيِّبًا ۗ وَاتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي أَنْتُمْ بِهِءِ مُؤْمِنُونَ ﴿٨٨﴾

Artinya: *“Dan makanlah makanan yang halal lagi baik dari apa yang Allah telah rezezikikan kepadamu, dan bertakwalah kepada Allah yang kamu beriman kepada-Nya”*. (QS. Al-Maidah : 88)¹²

Dari ayat diatas dapat dijelaskan bahwa asupan gizi diperoleh dari makanan yang halal, menurut syariatnya merupakan makanan yang diperoleh, diolah dan dikonsumsi dengan cara yang tidak terlarang dan bukan asupan makanan yang diharamkan dari segi zatnya.

Riyadi menyatakan bahwa, faktor yang mempengaruhi status gizi dibedakan menjadi dua yaitu secara langsung dan tidak langsung. Faktor pengaruh langsung status gizi seperti asupan makanan dan infeksi, sedangkan

¹⁰ Nur Latifah Hanum dan Ali Khomsan1. Pola Asuh Makan, Perkembangan Bahasa, dan Kognitif Anak Balita Stunted dan Normal Di Kelurahan Sumur Batu, Bantar Gebang Bekasi. *Jgp*, Volume 7, Nomor 2, Juli 2012, h. 82

¹¹Nungki Fidiatoro dan Tedy Setiadi, Model Penentuan Status Gizi Balita Di Puskesmas. *Jurnal Sarjana Teknik Informatika* E-Issn: 2338-5197 Volume 1 Nomor 1, Juni 2013, h. 367

¹²Departemen Agama RI, *Al-Quran dan Terjemahannya* (Bandung: Diponegoro, 2013), h. 122

pengaruh tidak langsung dari status gizi ada tiga faktor yaitu ketahanan pangan di keluarga, pola pengasuhan AUD, dan lingkungan kesehatan yang tepat termasuk akses terhadap pelayanan kesehatan. Kurangnya pengetahuan tentang gizi dan kesehatan ibu merupakan salah satu penyebab terjadinya kekurangan gizi pada AUD.¹³

Kemudian menurut para ahli, nutrisi merupakan satu-satunya faktor paling penting yang mempengaruhi perkembangan kognitif anak. Anak dengan status nutrisi baik memungkinkan perkembangan kognitif secara optimal dan sebaliknya, anak dengan asupan gizi yang kurang akan mengganggu perkembangan otak dan menyebabkan terhambatnya perkembangan kognitif dan pada akhirnya akan menyebabkan prestasi belajar buruk.¹⁴

Otak berkembang dengan mantap selama prenatal dan awal pasca kelahiran. masa kelahiran, yang dianggap paling rentan dalam paparan lingkungan. Namun, beberapa fungsi kognitif berkaitan erat dengan pembelajaran dan sekolah prestasi seperti ingatan dan perhatian yang bekerja berkembang melintasi masa kanak-kanak dan remaja sebagai bagian penting dari kesadaran.¹⁵

Sebagaimana yang sudah dijelaskan dalam firman Allah dalam Al-Quran surat An-Nahl ayat 78:

¹³Ramadhana Komala, Gambaran Konsumsi Pangan dan Status Gizi Ibu dan Anak Usia Dini di Way Halim Permay. *Jurnal Darul Ilmi*, Volume. 2, No. 1, Juni 2017, h. 46

¹⁴Fithria T. Samsul Alam, Status Nutrisi dan Perkembangan kognitif Anak Usia Sekolah di Kecamatan Kuto Baro Aceh Besar. *Idea Nursing Journal*, Vol. IV, NO. 1, 2013, h. 36

¹⁵ Payam Dadvanda, et al. Green Spaces And Cognitive Development In Primary Schoolchildrenb, PNAS June 30, 2015 | vol. 112 | no. 26 | 7937–7942.

وَاللَّهُ أَخْرَجَكُمْ مِنْ بُطُونِ أُمَّهَاتِكُمْ لَا تَعْلَمُونَ شَيْئًا وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْأَبْصَرَ
وَالْأَفْئِدَةَ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ ﴿٧٨﴾

Artinya: “Dan Allah mengeluarkan kamu dari perut ibumu dalam keadaan tidak mengetahui sesuatu apapun, dan Dia memberi kamu pendengaran, penglihatan dan hati, agar kamu bersyukur”. (QS. An-Nahl : 78).¹⁶

Pada ayat diatas dijelaskan bahwa, pada saat manusia dilahirkan oleh ibunya dia tidak mengetahui apapun, tetapi kemudian Allah telah menganugerahkan indera pendengaran, penglihatan, dan hati kepada manusia agar dapat berpikir untuk mendapatkan berbagai pengetahuan.

Menurut Bappenas, Masa balita merupakan periode kritis terhadap pertumbuhan dan perkembangan. Kekurangan gizi pada masa balita dapat menyebabkan keterlambatan pertumbuhan fisik, gangguan perkembangan motorik dan kognitif. Kualitas perkembangan kognitif pada masa balita akan menentukan berbagai aspek kehidupan, seperti intelektualitas, prestasi, dan produktivitas di kemudian hari.¹⁷

Dalam buku Nilawati Tadjuddin, kognisi definisikan Suatu fakta empirik yang dianggap sebagai penggal peristiwa yang krusial bagi posisinya ialah fenomena bahwa stimulli yang pernah dikenalkan, lebih banyak di pilih oleh subjek dari pada yang belum pernah.¹⁸

¹⁶Departemen Agama RI, *Al-Quran dan Terjemahannya*, (Bandung: Diponegoro, 2013), h, 275

¹⁷ Rachma Purwanti, Asupan Zat Gizi Dan Perkembangan Kognitif Balita Di Wilayah Puskesmas Bugangan Kota Semarang. *Darussalam Nutrition Journal*, November 2017, h. 2.

¹⁸ Margaret W. Matlin, *Kognitif*. (Diterjemahkan : Nilawati Tadjuddin Syabri, 2016), h. 4

Selanjutnya Piaget dalam Sujiono mengidentifikasi empat periode utama dalam perkembangan kognitif yaitu 1) tahap sensori motor, terjadi pada usia 0-2 tahun 2) tahap pra-operasional, terjadi pada usia 2-7 tahun 3) konkret operasional, terjadi pada usia 7-11 tahun dan 4) formal operasional, terjadi pada usia 11-15 tahun.¹⁹ Jadi kemampuan dasar kognitif anak yang berada pada fase praoperasional (2-7 tahun) diwarnai oleh perkembangan fungsi kemampuan berfikir secara simbolik.²⁰

Adapun beberapa kemampuan perkembangan yang ada dalam kognitif anak usia 4-5 tahun menurut Piaget adalah sebagai berikut, perkembangan kognitif pra-operasional:

1. Menggunakan simbol; Anak tidak harus berada dalam kontak sensorikmotorik dengan objek, orang, atau peristiwa untuk memikirkan hal tersebut, Anak dapat membayangkan objek atau orang tersebut memiliki sifat yang berbeda dengan yang sebenarnya.
2. Memahami identitas; Anak memahami bahwa perubahan dipermukaan tidak mengubah karakter alamiah sesuatu.
3. Memahami sebab akibat; Anak memahami bahwa peristiwa memiliki sebab.
4. Mengklasifikasikan; Anak mengorganisir objek, orang, dan peristiwa kedalam katogori yang memiliki makna.

¹⁹Komang Srianis, et al. Penerapan Metode Bermain Puzzle Geometri Untuk Meningkatkan Perkembangan Kognitif Anak Dalam Mengenal Bentuk. *E-Journal PG-PAUD Universitas Pendidikan Ganesha*, (Volume 2 No 1 Tahun 2014). h. 2

²⁰Wayan Eka Purnaminingsih, et. al. Penerapan Metode Mind Map Berbantuan Media Bergambar Untuk meningkatkan kemampuan Kognitif Pada Anak Kelompok B3, *E-Journal PG PAUD Univeritas Pendidikan Ganesha*, Vol. 2, No. 1, 2014, h. 5

5. Memahami angka; Anak dapat menghitung dan bekerja dengan angka.
6. Empati; Anak menjadi lebih mampu membayangkan apa yang dirasakan orang lain.
7. Teori pikiran; Anak menjadi lebih sadar akan aktivitas mental dan fungsi pikiran.²¹

Banyak faktor yang memengaruhi fungsi kognitif, diantaranya lingkungan, seperti status sosial ekonomi, dan faktor ekologi, seperti kesehatan, asupan zat gizi, serta tingkat pendidikan ibu. Anak yang mengalami masalah status gizi pendek, pencerminan kurang gizi kronis akan mengalami penurunan kemampuan kognitif. Hal ini terjadi karena perkembangan dan pertumbuhan otak yang tidak maksimal sehingga daya serap pelajaran rendah. Zat besi merupakan salah satu zat mikro yang sangat berkaitan dengan kognitif. Kurangnya zat besi pada seseorang ketika anak-anak akan mengganggu perkembangan kognitif selama hidupnya.²² Pertumbuhan dan perkembangan sel-sel otak sangat tergantung dari bagaimana kita memberikan rangsangan terhadap otak itu. Semakin banyak dan bervariasi rangsangan akan semakin mempertinggi pertumbuhan dan perkembangan otak itu sendiri.²³ Keterampilan kognitif terikat ke sistem otak yang kemungkinan akan dipengaruhi oleh kekurangan nutrisi, juga kesehatan fungsional, yang membutuhkan keterampilan kognitif seperti

²¹ Dianne E. Papalia, et. al. *Human Development* (Diterjemah: A. K. Anwar, 2010), h. 324

²² Sari Ayu, et. al. Pembelajaran di Pendidikan Anak Usia Dini dengan Perkembangan Kognitif pada Anak. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*, Vol. 8, No. 6, Januari 2014, h. 244

²³ Nilawati Tadjuddin, Optimalisasi Potensi Bawaan Melalui Rangsangan Otak. *Darul Ilmi*, Volume 1 No 2 Juni 2016 ISSN 2086-6909, h. 9

memori, pemahaman kata-kata, gambar dan lebih banyak lagi langsung relevan dengan pengasuhan.²⁴

Masalah gizi kurang dan gizi buruk pada anak balita masih menjadi masalah utama yang perlu mendapat perhatian. Masalah gizi secara langsung disebabkan oleh asupan yang kurang dan tingginya penyakit infeksi. Hal tersebut berkaitan dengan sanitasi lingkungan dan pelayanan kesehatan yang tidak memadai, gangguan akses makanan, perawatan ibu yang tidak edukatif, serta kurangnya pengetahuan ibu tentang cara pemberian makanan yang baik untuk anak.

Memperbaiki pola makan yang dimiliki anak-anak prasekolah merupakan nilai intrinsik dan instrumental: menjadi intrinsik menyebabkan peningkatan kesejahteraan anak dari dalam dirinya sendiri. Instrumental karena diet sehat penting untuk pengembangan anak-anak yang bergizi baik dan sehat, yang dapat meningkatkan keterampilan kognitif pada anak.²⁵

Berdasarkan hasil pra observasi di PAUD Khodijah mengenai asupan gizi anak, terdapat asupan gizi yang tidak seimbang pada anak-anak seperti: (1) anak hanya membawa makanan ringan (snack), (2) anak lebih sering membawa makanan siap saji, (3) anak tidak begitu suka dengan makan sayur. Kemudian melalui data tinggi dan berat badan anak di PAUD Khodijah dari jumlah siswa-siswi 15 terdapat 9 anak yang memiliki tinggi

²⁴ Elizabeth L, et al. Associations Of Maternal Nutrition During Pregnancy And Post-Partum With Maternal Cognition And Caregiving. *Matern Child Nutr*, 2018;14:E12546. h. 2-3

²⁵ Derek Headey, et al. Rural Food Markets And Child Nutrition. *Amer. J. Agr. Econ*, Published Online September 3, 2019. h. 1311

dan berat yang cukup dan 6 anak yang memiliki tinggi dan berat badan kurang.

Selain itu terdapat perkembangan kognitif pada anak di PAUD Khodijah belum berkembang, anak kurang aktif dalam mengikuti pembelajaran disekolah. Asupan gizi yang tidak seimbang yang diberikan kepada anak dapat berpengaruh pada daya tahan tubuh anak, anak kurang semangat dalam mengikuti aktivitas di sekolah, sehingga anak kurang optimal dalam mengikuti pembelajaran di sekolah.²⁶

Tabel 1
Hasil Observasi Pencapaian Indikator Perkembangan Kognitif Anak di PAUD Khodijah Sukarame Bandar Lampung

No	Nama Anak	Indikator Pencapaian Anak						Ket
		1	2	3	4	5	6	
1	AN	C	B	C	B	B	C	B
2	AFZ	C	TB	C	B	C	C	C
3	ANS	C	TB	TB	C	C	TB	TB
4	AAN	C	C	TB	TB	TB	TB	TB
5	CVP	TB	C	TB	C	TB	C	TB
6	CHB	C	TB	TB	C	B	TB	TB
7	EHP	C	TB	TB	TB	TB	C	TB
8	IR	C	TB	TB	TB	TB	TB	TB
9	JAB	TB	C	C	C	C	C	TB
10	MAZ	TB	C	TB	TB	C	TB	TB
11	MAA	C	TB	C	C	B	C	TB
12	MAR	B	B	C	C	B	TB	B
13	MFA	B	TB	C	TB	C	C	C
14	NCM	C	TB	B	C	C	C	C
15	NAF	TB	C	TB	TB	TB	C	TB

Sumber: Hasil Pra Observasi Awal Di PAUD Khodijah Sukarame Bandar Lampung.

Keterangan :

1. Menggunakan simbol
2. Memahami identitas

²⁶ Wawancara guru PAUD Khodijah Sukarame Bandar Lampung, Rabu, 10 Januari 2019.

3. Memahami sebab akibat
4. Mampu mengklasifikasikan
5. Empati
6. Teori pikran

Keterangan Pencapaian Perkembangan kognitif:

1. SB : Sangat Baik
2. B : Baik
3. C : Cukup
4. TB : Tidak Baik²⁷

Dari tabel di atas, dapat diketahui bahwa perkembangan kognitif anak berbeda-beda dan masih ada anak belum sesuai dengan yang diharapkan, terdapat 7 anak sangat tidak baik, terdapat 6 anak yang tidak baik, dan 2 anak yang baik dan 0 anak yang sangat baik.

Dari permasalahan-permasalahan yang ada dalam uraian diatas, penulis tertarik untuk meneliti apakah gizi yang diberikan oleh orang tua berperan penting terhadap perkembangan kognitif anak. Atas dasar itu penulis ingin melakukan penelitian yang berjudul “Hubungan Gizi dengan Perkembangan Kognitif Anak di PAUD Khodijah Kecamatan Sukarame Bandar Lampung”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan Latar belakang masalah diatas, maka penulis merumuskan masalah sebagai berikut “apakah terdapat hubungan yang signifikan antara gizi dengan perkembangan kognitif anak di PAUD Khodijah Sukarame Bandar Lampung

²⁷ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. (Bandung: Alfabeta, 2015), h. 135

C. Tujuan dan Manfaat penelitian

1. Tujuan Penelitian

- a. Untuk mengetahui hubungan antara gizi dengan perkembangan kognitif anak di PAUD Khodijah Sukarame Bandar Lampung.
- b. Untuk mengetahui adakah hubungan yang signifikan antara gizi dengan perkembangan kognitif anak.

2. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

- 1) Diharapkan dapat memberikan sumbangan pikiran bagi penulis lain akan mengadakan penelitian pada permasalahan yang berkaitan dengan asupan gizi anak.
- 2) Dapat menambah wacana ilmu pengetahuan khususnya terhadap gizi anak usia dini melalui makanan.

b. Manfaat Praktis

1) Bagi penulis

Menambah pengetahuan dan pengalaman bagi peneliti khususnya pada asupan gizi yang seimbang untuk pertumbuhan dan perkembangan anak.

2) Bagi siswa

Agar anak mengetahui perbedaan dan dapat memilih antara makanan sehat dan tidak bergizi serta bersih dan aman untuk dimakan.

3) Bagi Pendidik

- a) Dapat meningkatkan pemahaman tentang gizi anak dan dapat memberikan masukan agar memberikan makanan sehat pada anak
- b) Dapat menambah pengetahuan dan motivasi orangtua untuk lebih meningkatkan pengetahuan tentang asupan gizi yang tepat dan sehat untuk anak.



BAB II

LANDASAN TEORI

A. Kajian Teori

1. Gizi

a. Pengertian Gizi

Istilah Gizi berasal dari *giza* (bahasa Arab) yang berarti zat makanan. Sedangkan dalam bahasa Inggris, gizi sering dikenal *Nutrition*. *Nutrition* sendiri memiliki banyak arti seperti bahan makanan, zat gizi, atau sering juga digunakan untuk menyatakan ilmu.²⁸

Menurut Chairinniza K. Graha, gizi adalah unsur yang terkandung di dalam makanan, dimana unsur-unsur itu dapat memberikan suatu manfaat bagi tubuh yang ketika mengkonsumsinya dapat sehat.²⁹

Sedangkan Menurut Supariasa, Gizi merupakan suatu proses organisme menggunakan makanan yang dikonsumsi secara normal melalui proses digesti, absorbs, transportasi, penyimpanan, metabolisme, dan pengeluaran zat-zat yang tidak digunakan untuk mempertahankan kehidupan pertumbuhan dan fungsi normal dari organ serta menghasilkan energi.³⁰ Kemudian Menurut Schady, Gizi merupakan faktor lingkungan yang turut menentukan tercapai atau tidaknya potensi genetik.³¹

²⁸ Djoko Pekik Irianto, *Pedoman Gizi Lengkap Keluarga & Olahraga*. (Yogyakarta: CV Andi Offset, 2017), h. 2

²⁹ Fitri Respati, *Gizi Dan Kesehatan Reproduksi*. (Jakarta: Cakrawala Ilmu, 2015), h. 6

³⁰ Nurul Huda dan Widya Novi Angga Dewi, Hubungan antara Tingkat Asupan Gizi dan Perkembangan Motorik Kasar pada Anak Usia 4-6 Tahun di Kota Semarang. *Journal of SECE*

Menurut Santoso “zat gizi atau zat makanan merupakan bahan dasar penyusun bahan makanan”. Zat makanan terdiri atas : Karbohidrat, Protein, Lemak, Vitamin, dan Mineral.³²

Dari beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa gizi merupakan unsur yang terdapat di dalam makanan guna untuk mempertahankan kehidupan pertumbuhan dan fungsi normal dari organ serta menghasilkan energi agar tubuh menjadi sehat.

b. Kebutuhan dan Kecukupan Gizi pada Balita

Perbedaan kecukupan gizi anatar balita cukup besar, sehingga angka kecukupan gizi (AKG) yang dianjurkan untuk balita dibagi menjadi dua kelompok, yaitu anak usia 1-3 tahun dan anak usia 4-6 tahun.

Khusus anak TK atau pra sekolah, Widya Pangan dan Gizi ke IV menganjurkankecukupan gizi sebagai berikut:

Tabel 2
Kecukupan Gizi Rata-Rata Anak Pra Sekolah

Golongan umur	berat	tinggi	energi	protein
1-3 tahun	12 kg	89 cm	1220 Kkal	23 gram
4-6 tahun	18 kg	108 cm	1720 Kkal	32 gram

Sumber: Sugeng Santoso dan Anne Lies Ranti³³

³¹ Rachma Purwanti, Asupan Zat Gizi Dan Perkembangan Kognitif Balita Di Wilayah puskesmas Bugangan Kota Semarang. *Darussalam Nutrition Journal*, November2017, h. 2

³² Elina Flora, Busriendang, Muhamad Ali, *Analisis Pemberian Makanan Bergizi Pada Anak Usia 4-5 Tahun Di Tk Santa Gemma*. Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini Fkip Untan, h. 2-3

c. Gizi Untuk Anak Usia Dini

1) Tujuan Pemberian Makanan

- a) Memberikan zat gizi/nutrien yang cukup untuk kebutuhan pertumbuhan dan perkembangannya, memelihara kesehatan, dan memulihkan bila sakit, melakukan berbagai jenis kegiatan dan psikomotornya.
- b) Membiasakan mengkonsumsi makanan yang baik, teratur dan seimbang.
- c) Menyukai dan memilih jenis makanan yang baik, bermutu dan bervariasi.

2) Yang harus diperhatikan saat pemberian makanan adalah

- a) Kemampuan tubuh seseorang mencerna makanan
- b) Umur
- c) Jenis kelamin
- d) Jenis aktivitas
- e) Kondisi lain seperti sakit, hamil dan menyusui

3) Makanan Beraneka Ragam

- a) Makanan yang beraneka ragam sangat bermanfaat bagi kesehatan sebab kekurangan pada suatu jenis makanan tentu akan dilengkapi oleh zat gizi yang serupa dari makanan yang lain.
- b) Makanan yang beraneka macam akan menjamin terpenuhinya kebutuhan akan:

(1) Sumber zat tenaga

Adalah makanan yang menunjang aktivitas sehari-hari.

Sumber zat tenaga antara lain: beras, kentang, sagu, jagung, gandum, ubi kayu, ubi jalar, roti, mie dan lain-lain.

(2) Sumber zat pengatur

Berfungsi untuk melancarkan bekerjanya fungsi organ-organ tubuh. Sumber zat pengatur antara lain: sayur-sayuran dan buah-buahan.

(a) Sumber zat pembangun

Adalah zat makanan yang berperan penting untuk pertumbuhan dan perkembangan kecerdasan seseorang.

Berasal dari makanan nabati, seperti: kacang-kacangan, tempe, tahu, dan berasal dari makanan hewani, seperti: telur, ikan, ayam, daging, susu, dan keju.³⁴

4) Zat Gizi

Zat gizi atau zat makanan merupakan bahan dasar penyusun bahan makanan. Menurut Sediaoetama, ada lima fungsi zat gizi yaitu:

- a) sumber energi atau tenaga. Jika fungsi ini terganggu, orang menjadi berkurang gerakannya atau kurang giat dan merasa ceper lelah.
- b) Menyokong pertumbuhan badan, yaitu penambahan sel baru pada sel yang sudah ada.

³⁴ Heni Wulandari, *Kesehatan dan Gizi Untuk Anak Usia Dini*. (Bandar Lampung Fakta Press; Fakultas Tarbiyah IAIN Raden Intan Lampung, 2014), h. 49-51.

- c) Memelihara jaringan tubuh, mengganti yang rusak atau sudah terpakai, yaitu mengganti sel yang tampak jelas pada luka tubuh yaitu terjadinya jaringan penutup luka.
- d) Mengatur metabolisme dan berbagai keseimbangan dalam cairan tubuh (keseimbangan air, asam basa dan mineral).
- e) Berperan dalam mekanisme pertahanan tubuh terhadap berbagai penyakit sebagai antioksidan dan antibodi lainnya.

Zat gizi terdiri atas 1) karbohidrat atau hidrat arang, 2) protein atau zat putih telur, 3) lemak, 4) vitamin, 5) mineral. Kelima zat gizi ini bila dikaitkan dengan fungsi zat gizi digolongkan atas 1) zat gizi penghasil energi terdiri karbohidrat, lemak, dan protein, 2) zat gizi pembangun sel terdiri dari protein, dan 3) zat gizi pengatur terdiri dari vitamin dan mineral.

a) Karbohidrat

Karbohidrat merupakan sumber tenaga bagi anak dan bayi yang baru mendapat asupan makanan dari ASI. Pada anak yang sudah mendapatkan makanan tambahan pendamping ASI, karbohidrat dapat diperoleh dari makanan yang mengandung tepung seperti bubur susu, sereal, roti, nasi tim, atau nasi. Apabila tubuh tidak mendapatkan asupan karbohidrat yang memadai untuk menghasilkan energi, tubuh akan memecah cadangan protein dan lemak dalam tubuh.

b) Mineral

Mineral merupakan zat gizi yang cukup penting bagi tubuh manusia, sekitar 4% dari tubuh manusia terdiri atas mineral. Mineral memiliki fungsi untuk mengaktifkan metabolisme tubuh. Beberapa kandungan mineral, antara lain:

- (1) Kalsium: susu, tempe, tahu dan ikan teri.
- (2) Fosfor: daging, unggas, ikan, telur dan beras.
- (3) Zat besi: hati, daging unggas, ikan, telur, sayuran hijau, kacang-kacangan dan biji-bijian.
- (4) Iodium: garam.
- (5) Yodium: garam beryodium, ikan dan hasil laut.
- (6) Flour: air minum, bahan makanan hewani maupun nabati.³⁵

c) Protein

Protein berasal dari kata Yunani proteios yang berarti “yang pertama” atau “yang terpenting”. Menurut Achmad Djaeni Sediaoetama protein merupakan zat gizi yang sangat penting karena yang paling erat hubungannya dengan proses-proses kehidupan.

1) Klasifikasi Protein

Klasifikasi protein dari sudut fungsi fisiologiknya yaitu berhubungan dengan daya dukungnya bagi pertumbuhan badan dan pemeliharaan jaringan adalah:

³⁵Winarsih, *Pengantar Ilmu Gizi Dalam Kebidanan*. (Yogyakarta: PT Pustaka Baru, 2018), h. 144

- (a) Protein sempurna atau lengkap, bila protein ini sanggup mendukung pertumbuhan badan dan pemeliharaan jaringan. Protein inilah yang diperlukan oleh anak-anak di dalam masa tumbuh kembang.
- (b) protein setengah sempurna atau setengah lengkap, bila protein ini sanggup mendukung pemeliharaan jaringan, tetapi tidak dapat mendukung pertumbuhan badan. Protein ini dapat memelihara kesehatan orang dewasa yaitu pemeliharaan jaringan yang rusak atau aus terpakai.
- (c) protein tidak sempurna atau tidak lengkap, bila sama sekali tidak sanggup menyokong pertumbuhan badan maupun pemeliharaan jaringan.
- (d) Suplementasi untuk meningkatkan kualitas protein dalam hidangan sehari-hari dapat dilakukan dengan cara suplementasi. Suplementasi dapat dilakukan dengan cara mencampurkan dua atau lebih sumber protein yang berbeda jenis asam aminonya.

d) Lemak

Lemak merupakan sekelompok ikatan organik yang terdiri atas unsur-unsur karbon (C), Hidrogen (H), dan Oksigen (O) yang mempunyai sifat dapat larut dalam zat-zat pelarut tertentu.

Menurut sumbernya, lemak berasal dari nabati dan hewani. Lemak nabati berasal dari bahan makanan tumbuh-tumbuhan yang

mengandung lebih banyak asam amino tidak jenuh sehingga menyebabkan titik cair lebih rendah dan lazim disebut minyak. Lemak hewani mengandung asam lemak jenuh sehingga terbentuk padat pada suhu kamar.

Fungsi lemak adalah pertama, sebagai sumber utama energi yaitu cadangan dalam jaringan tubuh dan bantalan bagi organ tertentu dari tubuh. Kedua, sebagai sumber asam lemak *polyunsaturated fatty acid* (PUFA) yaitu zat gizi yang esensial bagi kesehatan kulit dan rambut. Ketiga, berfungsi sebagai pelarut vitamin-vitamin (D, E dan K) yang larut dalam lemak.

e) Vitamin

Kata vitamin berasal dari *vitamine* oleh Vladimir Funk, karena disangka suatu ikatan organik amine, dan merupakan zat vitamin yang dibutuhkan untuk kehidupan (*vital*). Kemudian ternyata bahwa zat ini bukan merupakan amine, sehingga diubah menjadi vitamin.

Ada beberapa vitamin yang larut dalam lemak dan yang larut dalam air tapi tidak dalam lemak. Vitamin yang larut dalam lemak adalah sebagai berikut:

- 1) Vitamin A: fungsi dalam proses melihat, metabolisme umum, dan reproduksi.
- 2) vitamin D: yaitu calciferol, berfungsi sebagai prohormon transpor calcium ke dalam sel. Bahan makanan yang kaya akan vitamin D adalah susu. Untuk penyerapan vitamin D yang baik diperlukan

adanya garam, empedu. Diperkirakan bahwa konsumsi 400 SI sehari sudah mencukupi untuk semua jenis kelamin dari berbagai golongan umur.

- 3) vitamin E: yaitu alpha tocopherol, berfungsi sebagai antioksidasi alamiah dan metabolisme selenium. Keduanya berkaitan dengan perlindungan sel terhadap daya destruktif peroksidasi dalam jaringan. Umumnya bahan makanan kacang-kacangan atau biji-bijian khususnya bentuk kecambah, mengandung vitamin E yang baik.
- 4) vitamin K: yaitu menadion, berfungsi didalam proses sintesis prothombine yang diperlukan dalam pembekuan darah. Vitamin K terdapat dalam konsentrasi tinggi di dalam ginjal, paru-paru, dan sumsum tulang. Pada penyerapan vitamin K diperlukan garam empedu dan lemak.
- 5) vitamin C: yaitu asam askorbat, berfungsi fisiologis, yaitu kesehatan jaringan ikat, zat perekat anatar sel dan mekanisme imunitas daya tubuh.
- 6) Vitamin B_1 : yaitu Thiamin, berfungsi dalam coenzim Cocarboksilase yaitu reaksi berhubungan dengan metabolisme karbohidrat.
- 7) Vitamin B_2 : yaitu Riboflavin, berfungsi sebagai komponen dalam ko-enzim. Enzim-enzim dimana ko-enzim ini berperan serta

bersangkutan dengan reduksi-oksidasi dalam reaksi-reaksi metabolisme tubuh.

- 8) Vitamin Niacin: yaitu asam nicotinat, fungsinya adalah sebagai komponen dari ko-enzim yang berperan di dalam proses mentransfer atom hidrogen di dalam reaksi-reaksi yang menghasilkan energi yang berhubungan dengan integritas jaringan, terutama bagi kulit saluran pencernaan dan susunan saraf.³⁶

d. Ciri-ciri Anak Sehat

Kesehatan anak berdasarkan indikator dari Depkes 2009, anak sehat memiliki kriteria yaitu :

- 1) Berat badan naik sesuai garis pertumbuhan mengikuti pita hijau pada Kartu Manuju Sehat (KMS), atau naik ke pita warna di atasnya.
- 2) Anak bertambah tinggi
- 3) Kemampuan bertambah sesuai usia
- 4) Jarang sakit
- 5) Ceria, aktif, lincah

Soengeng Santoso dan Ranti juga mengungkapkan ciri-ciri anak sehat menurut Departemen Kesehatan RI tahun 2003, yaitu:

- 1) Tumbuh kembang dengan baik, yang dapat dilihat dengan naiknya berat dan tinggi badan secara teratur dan propesional.

³⁶ Soengeng Santoso dan Anne Lies Ranti, *Ibid.* h. 107-120

- 2) Tingkat perkembangannya sesuai dengan tingkat umurnya.
- 3) Tampak aktif/gesit dan gembira.
- 4) Mata bersih dan bersinar.
- 5) Nafsu makan baik.
- 6) Bibir dan lidah tampak segar.
- 7) Pernafasan tidak berbau.
- 8) Kulit dan rambut tampak bersih dan tidak kering.
- 9) Mudah menyesuaikan diri dengan lingkungan.

Jika ciri-ciri tersebut telah dimiliki anak, maka pertumbuhan dan perkembangan anak biasanya dapat dikatakan wajar/normal. Ciri-ciri anak sehat dapat dilihat dari berbagai segi antara lain segi fisik, segi psikis, segi sosialisasi.

- 1) Dilihat dari segi fisik ditandai dengan sehatnya badan dan pertumbuhan jasmani yang normal.
- 2) Segi psikis, anak sehat itu jiwanya berkembang secara wajar, pikiran bertambah cerdas, perasaan bertambah peka, kemauan bersosialisasi baik.
- 3) Dari segi sosialisasi, anak tampak aktif, gesit dan gembira serta mudah menyesuaikan diri dengan lingkungannya.³⁷

³⁷ Retno Mardhiati, Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Anak Usia Dini Dalam Kurikulum Pendidikan Anak Usia Dini . Fakultas Kesehatan Masyarakat Uhamka, h. 4-5

e. Masalah Gizi dan Kesehatan

Masalah gizi adalah gangguan kesehatan dan kesejahteraan seseorang, kelompok orang atau masyarakat sebagai akibat adanya ketidak seimbangan antara asupan (intake) dengan kebutuhan tubuh akan makanan dan pengaruh interaksi penyakit (infeksi). Masalah-masalah mal nutrisi antara lain:

1. Protein KALORI Mal Nutrisi (Kwashiorkor dan Marasmus)

a. Kwashiorkor


Kwashiorkor atau busung lapar merupakan suatu istilah untuk menyebutkan gangguan gizi akibat kekurangan protein.

1) Gejala Klinis

- a) Mundurnya pertumbuhan dan mental, perkembangan mental apatis,
- b) Edema, umumnya seluruh tubuh terutama punggung kaki (dorsum pedis), perut dan tangan.
- c) Muka bulat seperti bulan (*moonface*),
- d) Pandangan mata sayu
- e) Rambut menjadi lurus, kusam, tipis, kemerahan, seperti warna rambut jagung, mudah dicabut tanpa rasa sakit dan rontok.
- f) Perubahan status mental/gangguan psikomotor, apatis, tidak gembira, tidak ada nafsu makan dan rewel.
- g) Hati membesar dan berlemak

- h) Otot mengecil (hipotrofi), lebih nyata bila dipaksa pada posisi berdiri atau duduk.
- i) Otot-otot berkurang dan melemah
- j) Kulit mengala,i depigmentasi, kering, bersisik, pecah-pecah, dan dermatosis.
- k) Luka sukar sembuh
- l) Sering disertai; penyakit infeksi (umumnya akut)
- m) Anemia dan xeroftalmia
- n) Diare.

b. Maramus



Maramus merupakan keadaan dimana seseorang anak mengalami defisiensi energi dan protein. Umumnya kondisi ini dialami masyarakat yang menderita kelaparan. Gizi buruk tipe marasmus adalah suatu keadaan dimana pemberian makanan tidak cukup atau higiene jelek disebabkan oleh defisiensi karbohidrat.

1) Gejala klinis

- a) Pertumbuhan terhambat
- b) Lemak dibawah kulit berkurang
- c) Otot-otot berkurang dan melemah
- d) Tampak sangat kurus, hingga tulang membungkus kulit
- e) Apatis dan wajah seperti orang tua
- f) Cengeng, rewel
- g) Kulit keriput

- h) Anak kelihatan lapar
- i) Jaringan lemak subkukis sangat sedikit sampai tidak ada (pada daerah pantat tampak seperti memakai celana longgar/*baggy pants*)
- j) Perut cekung
- k) Gastroenteritis yang diikuti dehidrasi, infeksi saluran pernafasan, tuberkulosis, cacangan berat dan penyakit kronis
- l) Diare

c. Obesitas/Kegemukan

Kegemukan atau obesitas adalah suatu kondisi medis berupa kelebihan lemak tubuh yang terakumulasi sedemikian rupa sehingga menimbulkan dampak merugikan bagi kesehatan, yang kemudian menurunkan harapan hidup dan meningkatkan masalah kesehatan

3. Masalah Gizi Kurang dan Dampaknya Bagi Kesehatan

UNICEF, yang merupakan salah satu badan organisasi PBB yang khusus bergerak di bidang kesejahteraan anak, telah mengembangkan kerangka konsep perbaikan gizi. Dalam kerangka tersebut ditunjukkan bahwa masalah gizi kurang disebabkan oleh penyebab langsung dan penyebab tidak langsung.

a) Penyebab langsung

Makanan dan penyakit dapat secara langsung menyebabkan gizi kurang. Timbulnya gizi kurang tidak hanya dikarenakan asupan

makanan yang kurang, tetapi juga penyakit. Anak yang mendapat cukup makanan tetapi sering menderita sakit, pada akhirnya dapat menderita gizi kurang. Demikian pula, pada anak yang tidak memperoleh cukup makan maka daya tahan tubuhnya akan melemah dan akan mudah terserang penyakit.

b) Penyebab Tidak Langsung

- (1) Ketahanan keluarga yang tidak memadai, setiap keluarga diharapkan mampu untuk memenuhi kebutuhan pangan seluruh anggota keluarganya dalam jumlah cukup, baik jumlah maupun mutu gizinya.
- (2) Pola pengasuhan anak kurang memadai, setiap keluarga dan masyarakat diharapkan dapat menyediakan waktu, perhatian, dan dukungan terhadap anak agar dapat tumbuh kembang dengan baik (fisik, mental, sosial).
- (3) Pelayanan kesehatan dan lingkungan kurang memadai, sistem pelayanan kesehatan yang ada diharapkan dapat menjamin penediaan air bersih dan sarana pelayanan kesehatan dasar yang terjangkau oleh setiap keluarga yang membutuhkan.

4. Masalah Gizi Lebih dan Dampak Bagi Kesehatan

Gizi lebih disebabkan kelebihan energi di dalam hidangan yang dikonsumsi relatif lebih banyak dari pada kebutuhan atau penggunaannya bagi tubuh manusia. Zat makanan yang menjadi

sumber penghasil energi utama tersebut yaitu: karbohidrat, lemak dan protein. Jika zat makanan tersebut kita makan lebih banyak dari kebutuhan, maka tidak seimbang dalam arti kebanyakan, faktor risiko dalam makanan, dan kurangnya faktor proteksi merupakan penyebab terjadinya gizi lebih pada diri kita, yang pada gilirannya dapat membawa resiko masalah kesehatan. Masalah tersebut seperti: kegemukan (obesitas), penyakit kardiovaskuler, tekanan darah tinggi, diabetes melitus, dan penyakit kanker.³⁸

f. Pendidikan Gizi Untuk Anak Taman Kanak-kanak

1) Pendidikan Gizi dan Pendidikan Kesehatan

Menurut Williams dan Jellife, pengertian pendidikan kesehatan adalah suatu filosofi, suatu pendekatan, dan pelaksanaan yang mencakup semua jenis program kesehatan ibu dan anak. Sebagian besar pendidikan kesehatan dapat dicapai dengan mengajarkan pertolongan pertama pada kecelakaan, perawatan di rumah, dan kesehatan anak disekolah sebagai bagian dari kurikulum. Bidang penjelasan adalah hal hygiene, pertolongan pertama, kesejahteraan keluarga (*home economics*), gizi, biologi, kesehatan seks, dan mental, perawatan di rumah untuk semua pihak yang memerlukan dan terkait.

Pendidikan gizi merupakan suatu bidang pengetahuan yang memungkinkan seseorang memilih dan mempertahankan pola makan

³⁸ Leily Amelia Furkon, *Ilmu Gizi Dan Kesehatan*. (Tangerangselatan: Universitas Terbuka, 2016), h. 4.1-4.23

berdasarkan prinsip-prinsip ilmu gizi. Hal-hal yang perlu diketahui oleh masyarakat adalah:

- a) Penggunaan makanan oleh tubuh: pencernaan, penyerapan, fungsi organ, hubungan antara zat gizi dan tubuh, pencegahan kesia-siaan.
- b) Pengaruh dari aktivitas dan kondisi fisik (pertumbuhan, kehamilan, sakit, dan lain-lain) serta kebutuhan akan zat gizi.
- c) Kebutuhan gizi seseorang (*recommended dietary allowances/RDA*)
- d) Pengaruh dari kondisi psikologi, emosi, pola kebudayaan terhadap penerimaan suatu makanan, dan makanan yang dikonsumsi.
- e) Kalori dan kandungan gizi berbagai bahan makanan.
- f) Pengelompokan bahan makanan dalam pola makan yang memberikan kecukupan gizi.
- g) Pemilihan makanan secara ekonomis dan berkualitas.
- h) Penyimpanan dan pengolahan makanan agar nilai gizi dapat diperhatikan.
- i) Sumber informasi mengenai makanan dan gizi.

2). Pendidikan Gizi Anak

Untuk lingkup sekolah, maka pendidikan gizi diberikan kepada anak untuk mengarahkan kepada pembiasaan dan cara makan yang baik. Maksudnya adalah sebagai sarana mempengaruhi perilaku anak, sehingga dapat menerapkan pengetahuan gizi dalam kebiasaan makan sehari-hari. Diketahui bahwa kebiasaan makan seseorang adalah hasil dari pengalamannya masa lampau. Sebagian besar kebiasaan makan

ditentukan oleh kebiasaan makannya sewaktu kanak-kanak, selebihnya adalah pengaruh antara lain pendidikan, media masa, bacaan, pengalaman dalam bermasyarakat di lain tempat. Kebiasaan makan ini berasal dari pengalaman seorang anak karena diberikan makan oleh ibu atau anggota keluarganya. Selanjutnya kebiasaan makan ini berkembang menjadi sikap, perasaan suka maupun rasa puas terhadap makanan tertentu.³⁹

2. Perkembangan Kognitif Anak Usia 4-5 Tahun

a. Pengertian Perkembangan Kognitif Anak

Menurut Nilawati Tadjuddin, kognitif adalah sebuah istilah yang digunakan oleh psikolog untuk menjelaskan semua aktivitas mental berhubungan dengan persepsi, pikiran ingatan, dan pengolahan informasi yang memungkinkan seseorang memperoleh pengetahuan, memecahkan masalah dan merencanakan masa depan, atau semua proses psikologis yang berkaitan dengan bagaimana individu mempelajari, memperhatikan, mengamati, membayangkan, memperkirakan, menilai, dan memikirkan lingkungannya.⁴⁰

Menurut Piaget kemampuan dasar kognitif anak yang berada pada fase praoperasional (2-7 tahun) diwarnai oleh perkembangan fungsi

³⁹ Soegeng Santoso dan Anne Lies Ranti, *Kesehatan dan Gizi*. (Jakarta: PT Rineka Cipta), h. 142-144

⁴⁰ Nilawati Tadjuddin, *Meneropong Perkembangan Anak Usia Dini Perspektif Al-Quran*. (Depok: Herya Media, 2014), h. 128

kemampuan berfikir secara simbolik.⁴¹ Piaget berpendapat bahwa perkembangan kognitif anak usia 4-5 tahun berada pada tahap operasional yaitu: menggunakan simbol, memahami identitas, memahami sebab akibat, mampu mengklasifikasi, memahami angka, empati, dan teori pikiran.⁴²

Kemudian menurut Krause, Bochner & Duchesne perkembangan kognitif kemampuan seseorang dalam berfikir, mempertimbangkan, memahami dan mengingat tentang segala hal disekitar kita melibatkan proses mental seperti menyerap, mengorganisasi dan mencerna segala informasi.⁴³

Menurut Yuliani Nurani Sujiono kognitif adalah suatu proses berpikir, yaitu kemampuan individu untuk menghubungkan, menilai dan mempertimbangkan suatu kejadian atau peristiwa.⁴⁴

Menurut Papalia and Feldman, Perkembangan kognitif adalah kemampuan berpikir manusia meliputi perhatian, daya ingat, penalaran, kreativitas, dan bahasa. Kualitas perkembangan kognitif pada masa balita akan menentukan berbagai aspek kehidupan, seperti intelektualitas, prestasi, dan produktivitas di kemudian hari.⁴⁵

⁴¹ Wayan Eka Purnaminingsih, et. al. Penerapan Metode Mind Map Berbantuan Media Bergambar Untuk meningkatkan kemampuan Kognitif Pada Anak Kelompok B3, *E-Journal PG PAUD Univeritas Pendidikan Ganesha*, Vol. 2, No. 1, 2014, h. 5

⁴² Dianne E. Papalia, et. al. *Human Devolpment* (Diterjemah: A. K. Anwar, 2010), h. 324

⁴³ Salmiaty, Nurnaity dan Dasy Mulia Sari, Upaya Guru Dalam Membimbing Perkembangan Kognitif Anak Usia Dini (Suatu Penelitian Di Taman Kanak-Kanak Islam Terpadu Ar-Rahman Kota Banda Aceh). *Jurnal ISSN 2355-102X*, Vol. 3 No. 1 (Maret 2016), h. 45

⁴⁴ Fu'ad Arif Noor, *Jurnal Program Studi PGRA*. Volume 4 No2, Juli 2018. h. 173

⁴⁵ Rachma Purwanti, Asupan Zat Gizi dan Perkembangan Kognitif Balita Di Wilayah Puskesmas Bugangan Kota Semarang. *Darussalam Nutrition Journal*, November 2017, h. 2.

Dari beberapa pendapat di atas dapat penulis simpulkan bahwa perkembangan kognitif merupakan aktivitas mental individu yang berhubungan dengan pikiran, ingatan, dan pengolahan informasi dalam lingkungan sekitarnya untuk memecahkan masalah dalam berpikir simbolik.

b. Tahap-tahap Perkembangan Kognitif

Sekitar umur 2-4 tahun, anak-anak cenderung menunjukkan banyak kebingungan antara simbol dengan objek yang mereka hadirkan. Pada tingkat perkembangan kognitif, mereka tidak mau mengakui bahwa kata-kata merupakan simbol yang berubah-ubah pada objek dan kejadian, dan bahwa orang dapat berkumpul serta memutuskan untuk menggunakan kata-kata yang berbeda untuk benda-benda.

Jean Piaget memandang banyak persoalan perkembangan kognitif termasuk cara anak-anak memahami hubungan anatara simbol dan objek, bagaimana anak-anak berusaha untuk memecahkan masalah, pengetahuan anak-anak tentang sebab akibat, dan kemampuan mereka untuk mengelompokkan objek dan mengikutsertakan pemikiran yang pasti.

Didalam perkembangannya sendiri, tidak hanya berdasarkan faktor psikis saja yang mempengaruhi perkembangan kognisi individu, akan tetapi aktor-faktor biologis mereka juga saling mempengaruhi. Piaget

Juga mengemukakan mengenai dua prinsip utama dalam perkembangan kognitif manusia, yaitu *organisasi* dan *adaptasi*.

1) Organisasi (organization)

Yang dimaksud organisasi di sini adalah menggabungkan ide-ide tentang sesuatu ke dalam sistem berpikir yang koheren (masuk akal). contoh, anak-anak pada usia 5-6 tahun telah terampil mengendarai roda tiga. Dalam kemampuannya itu, anak telah mampu merangkai beberapa ide, seperti kaki mangayuh pedal, tangan memegang setir, mata menatap ke depan, dan sering kali kepala anak tersebut menoleh ke kanan dan ke kiri untuk menjaga keselamatan. Inilah yang disebut dengan organisasi dalam bahasa tendensi biologis.

2) Adaptasi (adaptation)

Adaptasi merupakan suatu keadaan dimana wujud keseimbangan di antara akomodasi dan asimilasi untuk disesuaikan dengan sekitarnya.

3) Asimilasi Secara harfiah, asimilasi berarti memasukkan atau menerima.

Dalam lingkup pengetahuan, manusia selalu mengasimilasikan objek atau informasi ke dalam struktur kognitifnya. Pada awalnya, seorang bayi mencoba berasimilasi dengan menyentuh, meremas, bahkan merobek benda-benda yang dijangkaunya. Selanjutnya, anak akan mengasimilasi objek tersebut dengan memasukkannya ke dalam mulut sebagai ekspresi rasa ingin tahu ialah penyatuan (pengintegrasian) informasi, persepsi, konsep dan pengalaman baru kedalam yang sudah

ada dalam benak seseorang. Dalam proses asimilasi seseorang menggunakan struktur atau kemampuan yang sudah ada untuk menghadapi masalah yang dihadapinya dalam lingkungannya.

- 1) Akomodasi ialah mengubah struktur diri. Dalam melihat beberapa objek, belum tentu anak mempunyai struktur penglihatan (diri) yang memadai, sehingga anak tersebut harus melakukan akomodasi. Misalnya, seorang anak dapat memindahkan balok terbesar mainannya hanya dengan menggeser rintangan di depannya. Nah, kemampuan menggeser rintangan untuk memindahkan balok itulah disebut akomodasi.⁴⁶

Piaget mengidentifikasi 4 (empat) tahapan utama perkembangan kognitif yaitu sensorimotor, pra-operasional, operasional konkrit dan operasional formal.

a) Tahap Sensorimotor

Sepanjang tahap ini mulai dari lahir hingga berusia dua tahun, bayi belajar tentang diri mereka sendiri dan dunia mereka melalui indera mereka yang sedang berkembang dan melalui aktivitas motor. Aktivitas kognitif terpusat pada aspek alat dria (sensori) dan gerak (motor), artinya dalam peringkat ini, anak hanya mampu melakukan pengenalan lingkungan dengan melalui alat drianya dan pergerakannya. Keadaan ini merupakan dasar bagi perkembangan kognitif selanjutnya, aktivitas sensori motor terbentuk melalui

⁴⁶ Hijriati, Tahapan Perkembangan Kognitif Pada Masa Early Childhood. Volume I. Nomor 2. Januari – Juni 2016, h, 36-37

proses penyesuaian struktur fisik sebagai hasil dari interaksi dengan lingkungan.

b) Tahap pra-operasional

Pada tingkat ini, anak telah menunjukkan aktivitas kognitif dalam menghadapi berbagai hal diluar dirinya. Aktivitas berfikirnya belum mempunyai sistem yang terorganisasikan. Anak sudah dapat memahami realitas di lingkungan dengan tanda –tanda dan simbol. Cara berpikir anak pada pertingkat ini bersifat tidak sistematis, tidak konsisten, dan tidak logis. Hal ini ditandai dengan ciri-ciri:

- (1) Transductive reasoning, yaitu cara berfikir yang bukan induktif atau deduktif tetapi tidak logis.
- (2) Ketidak jelasan hubungan sebab-akibat, yaitu anak mengenal hubungan sebab-akibat secara tidak logis.
- (3) Animisme, yaitu menganggap bahwa semua benda itu hidup seperti dirinya.
- (4) Artificialism, yaitu kepercayaan bahwa segala sesuatu di lingkungan itu mempunyai jiwa seperti manusia.
- (5) Perceptually bound, yaitu anak menilai sesuatu berdasarkan apa yang dilihat atau di dengar.
- (6) Mental experiment yaitu anak mencoba melakukan sesuatu untuk menemukan jawaban dari persoalan yang dihadapinya.

(7) Centration, yaitu anak memusatkan perhatiannya kepada sesuatu ciri yang paling menarik dan mengabaikan ciri yang lainnya. Egosentrisme, yaitu anak melihat dunia lingkungannya menurut kehendak dirinya.

c) Tahap Operasional Konkrit

Pada tahap ini, anak sudah cukup matang untuk menggunakan pemikiran logika atau operasi, tetapi hanya untuk objek fisik yang ada saat ini. Dalam tahap ini, anak telah hilang kecenderungan terhadap animism dan articialisme. Egosentrisnya berkurang dan kemampuannya dalam tugas-tugas konservasi menjadi lebih baik. Namun, tanpa objek fisik di hadapan mereka, anak-anak pada tahap operasional kongkrit masih mengalami kesulitan besar dalam menyelesaikan tugas-tugas logika.

d) Tahap Operasional Formal

Pada umur 12 tahun keatas, timbul periode operasi baru. Periode ini anak dapat menggunakan operasi-operasi konkritnya untuk membentuk operasi yang lebih kompleks. Kemajuan pada anak selama periode ini ialah ia tidak perlu berpikir dengan pertolongan benda atau peristiwa konkrit, ia mempunyai kemampuan untuk berpikir abstrak. Anak-anak sudah mampu

memahami bentuk argumen dan tidak dibingungkan oleh sisi argumen dan karena itu disebut operasional formal.⁴⁷

c. Karakteristik Perkembangan Kognitif

perkembangan kognitif anak usia 3-5 tahun, seringkali juga disebut usia prasekolah, ditandai dengan sikap dan perilaku yang kreatif, bebas dan penuh imajinasi.⁴⁸ Perkembangan kognitif pada setiap tahapannya memiliki karakteristik tersendiri yang membedakannya dengan tahapan lainnya. Adapun cara berpikir anak usia dini ditandai dengan ciri-ciri sebagai berikut:

- 1) Transductive reasoning, artinya anak berpikir yang bukan induktif atau deduktif tetapi tidak logis.
- 2) Ketidak jelasan hubungan sebab akibat, artinya anak mengenal hubungan sebab akibat secara tidak logis.
- 3) Animims, artinya anak menganggap bahwa semua benda itu hidup seperti dirinya.
- 4) Artifical, artinya anak mempercayai bahwa segala sesuatu di lingkungan itu mempunyai jiwa seperti manusia.
- 5) Perceptually bound, artinya anak menilai sesuatu berdasarkan apa yang dilihatnya atau yang didengarnya.

⁴⁷ Fatimah Ibda, Perkembangan Kognitif: Teori Jean Piaget. *Intelektualita* - Volume 3, Nomor 1, Januari-Juni 2015. h. 31-34

⁴⁸ Yuliani Nurani Sujiono, *Metode Pengembangan Kognitif*. (Tangerang Selatan: Universitas Terbuka, 2014), h. 2.11

- 6) Mental experiment, artinya anak mencoba melakukan sesuatu untuk menemukan jawaban dari persoalan yang dihadapinya.
- 7) Contration, artinya anak memusatkan perhatiannya kepada sesuatu ciri yang paling menarik dan mengabaikan ciri yang lainnya.
- 8) Egocentrim, artinya anak melihat dunia dilingkungannya menurut kehendak dirinya sendiri.⁴⁹

Perkembangan kognitif usia 3 sampai 6 tahun berada pada tahap praoperasional, yaitu: (a) Menggunakan simbol. Dimana anak tidak harus kontak sensorimotor dengan objek. Anak dapat membayangkan objek atau orang tersebut memiliki sifat yang berbeda dengan yang sebenarnya. (b) Memahami identitas. Dimana anak memahami bahwa perubahan yang terjadi tidak merubah karakter ilmiah. (c) Memahami sebab akibat. Dimana anak memahami bahwa suatu peristiwa ada sebabnya. (d) Mampu mengklasifikasi. Anak mengelompokkan objek, orang, suatu peristiwa kedalam kategori yang bermakna. (e) Memahami angka. Dimana anak dapat menghitung dan memahami angka. Karakteristik perkembangan kognitif anak tahap praoperasional menurut Sujiono, antara lain: mengelompokkan benda yang memiliki persamaan, menghitung 1-20, mengenal bentuk-bentuk sederhana, memahami konsep makna berlawanan, mampu membedakan bentuk lingkaran atau persegi dengan objek nyata atau gambar, memasang dan menyebutkan benda,

⁴⁹ Nanik Ernawati, "Meningkatkan Kemampuan Mengenal Bentuk-Bentuk Geometri Melalui Media *Smart Box* Pada Anak Kelompok B TK Dharma Wanita Persatuan Gilang Kecamatan Ngunut Kabupaten Tulung Agung", *Jurnal Universitas Nusantara PGRI Kediri* (2015), h. 6.

mencocokkan bentuk-bentuk sederhana, mengklasifikasi angka, tulisan, buah dan sayur, mengenal huruf kecil dan besar, mengenal warna-warna.⁵⁰

Selanjutnya menurut Piaget dalam Diane ada beberapa kemampuan perkembangan kognitif pada tahap ini, sebagai berikut:

1) Menggunakan simbol

Anak dapat membayangkan objek atau orang tersebut memiliki sifat yang berbeda dengan yang sebenarnya. Contoh: anak membayangkan potongan apel sebagai penyebab getar yang menderu di atas meja dapur.

2) Memahami identitas

Anak memahami bahwa perubahan di permukaan tidak mengubah karakter alamiah sesuatu. Contoh: anak mengetahui bahwa gurunya berbusana bajak laut, sehingga orang itu tetap gurunya yang berada di dalam kostum.

3) Memahami sebab akibat

Anak memahami bahasa peristiwa memiliki sebab. Contoh: melihat bola menggelinding dari balik tembok, anak memeriksa belakang tembok untuk mencari orang yang menendang bola tersebut.

⁵⁰ Wulandari Retnaningrum, "Peningkatan Perkembangan Kognitif Anak Usia Dini Melalui Media Bermain Memancing", *Jurnal Pendidikan dan Pemberdayaan Masyarakat*, Vol. 3. No. 2 November 2016 (207-208), h. 2.

4) Mampu mengklasifikasi

Anak mengorganisir objek, orang dan peristiwa kedalam kategori yang memiliki makna. Contoh: anak dalam memilih benda dalam kelompok ukuran “besar dan kecil”.

5) Memahami angka

Anak dapat menghitung dan bekerja dengan angka. Contoh: anak membagi permen dengan teman-temannya dan menghitung permen tersebut untuk memastikan setiap orang mendapatkan jumlah yang sama.

6) Empati

Anak menjadi lebih mampu untuk membayangkan apa yang dirasakan orang lain. Contoh: anak mampu untuk menenangkan temannya ketika melihat temannya tersebut sedang bersedih.

7) Teori pikiran

Anak menjadi lebih dasar akan aktivitas mental dan fungsi pikiran. Contoh: anak ingin menyimpan beberapa coklat untuk dimakan sendiri, karena itu ia menyembunyikan coklat tersebut dari sang adik kedalam kotak pasta gigi. Dia mengetahui bahwa coklatnya akan aman di dalam kotak tersebut karena sang adik tidak akan mencarinya ke tempat yang biasanya terdapat coklat.⁵¹

⁵¹ Dianne E. Papalia, et. al. *Ibid*, h. 324

d. Faktor yang Mempengaruhi Perkembangan Kognitif

Ada dua faktor yang dapat mempengaruhi perkembangan kognitif pada anak usia dini, kedua faktor tersebut yaitu:

1) Faktor Internal

Faktor internal merupakan faktor yang mempengaruhi perkembangan kognitif anak usia dini yang berasal dari diri anak sendiri, yang meliputi:

a) Faktor Bawaan

Teori yang mendukung faktor ini adalah teori nativisme yang dipelopori oleh seorang filosof yang bernama Schopenhauer. Teori tersebut berpendapat bahwa perkembangan anak telah ditentukan oleh faktor-faktor yang dibawa sejak lahir. Faktor-faktor itulah yang dinamakan dengan faktor pembawaan dan pembawaan yang telah terdapat pada waktu anak dilahirkan itulah yang akan menentukan perkembangannya kelak.

b) Faktor Kematangan

Tiap anak memiliki organ dan organ tersebut dapat dikatakan matang jika telah mencapai kesanggupan menjalankan fungsinya masing-masing. Kematangan hubungan erat dengan usia kronologis (usia kalender).

c) Faktor Minat dan Bakat

Minat mengarahkan pada dorongan untuk berbuat dengan lebih giat dan lebih baik lagi. Sedangkan bakat pada dasarnya merupakan

kemampuan bawaan sebagai potensi yang masih perlu dikembangkan agar dapat terwujud.

2) Faktor Eksternal

Faktor eksternal merupakan faktor yang mempengaruhi perkembangan kognitif anak usia dini yang berasal dari luar, meliputi:

a) Faktor Lingkungan

Teori yang mendukung faktor ini adalah teori empirisme yang dikembangkan oleh John Locke dengan teorinya yang dinamakan dengan “tabula rasa” menurut John Locke, anak dilahirkan seperti kertas putih yang bersih tanpa noda (belum ada tulisan sedikit pun), namun dalam perkembangannya kertas tersebut menjadi penuh dengan tulisan, dan bagaimana tulisan tersebut akan ditentukan oleh faktor lingkungan. Menurutnya, perkembangan kognitif anak akan sangat ditentukan oleh berbagai pengalaman dan pengetahuan yang diperolehnya dari lingkungan disekitarnya.

b) Faktor Pembentukan

Pembentukan merupakan segala keadaan diluar dari seseorang yang mempengaruhi kemampuan kognitifnya. Pembentukan dapat dibedakan menjadi dua, yaitu pembentukan sengaja (pendidikan di sekolah), dan pembentukan tidak sengaja (pengaruh alam sekitar).

c) Faktor Kebebasan

Kebebasan merupakan keleluasan manusia untuk berfikir divergen (menyebar) yang berarti bahwa anak dapat memilih

metode-metode tertentu dalam menyelesaikan tugasnya ataupun memecahkan masalah-masalahnya, dan termasuk dalam memilih masalah sesuai dengan kebutuhannya. Faktor kebebasan ini sangat terkait dengan pola asuh pendidik PAUD ataupun orang tua kepada anaknya. Kebebasan ini akan muncul jika pendidik PAUD atau orang tua menerapkan pola asuh demokratis pada anak. Sebaliknya, jika pendidik PAUD atau orang tua menerapkan pola asuh yang otoriter maka tidak akan muncul kebebasan, hasilnya perkembangan kognitif anak pun menjadi terhambat.⁵²

e. Hubungan Gizi dengan Perkembangan Kognitif Anak

Menurut Bappenas, Masa balita merupakan periode kritis terhadap pertumbuhan dan perkembangan. Kekurangan gizi pada masa balita dapat menyebabkan keterlambatan pertumbuhan fisik, gangguan perkembangan motorik dan kognitif.⁵³

Sedangkan Puspitasari, menambahkan faktor yang dapat mempengaruhi kemampuan kognitif anak adalah status gizi dan faktor sosiodemografi yaitu pola asuh, lama pendidikan ibu, lama pendidikan ayah, struktur keluarga, dan jumlah anak.⁵⁴

⁵² Novan Ardy Wiyani, *Psikologi Perkembangan Anak Usia Dini*. (Yogyakarta: Gava Media, 2014), h. 73-75

⁵³ Rachma Purwanti, *Ibid.* h. 2

⁵⁴ Mas Cahyaning Pratiwi, Oktia Woro Kasmini Handayani, Bambang Budi Raharjo. *Kemampuan Kognitif Anak Retardasi Mental Berdasarkan Status Giz*. *Public Health Perspective Journal* 2 (1) (2017) 19 – 25. h. 20.

⁵⁴ Hadi Siswanto, *Pendidikan Kesehatan Unsur Utama Dalam Pendidikan Anak Usia Dini*. *Cakrawala Pendidikan*, Juni 2012, Th. XXXI, No. 2. h. 307

Optimalisasi pertumbuhan dan perkembangan dapat dilakukan dengan melalui tiga pilar layanan, yaitu layanan kesehatan, asupan gizi, dan stimulasi psikososial. Pemberian layanan yang tepat dan berkualitas dapat dilakukan dengan baik apabila orang tua, utamanya ibu, pengasuh dan pendidik anak usia dini memiliki pengetahuan dan pemahaman tentang layanan kesehatan, gizi, dan stimulasi psikososial sesuai dengan kebutuhan pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini.

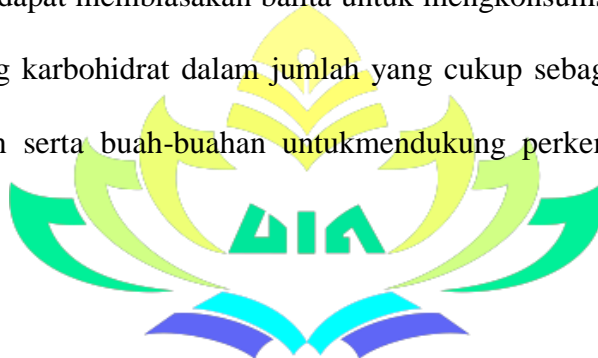
B. Tinjauan Pustaka

1. Menurut Sinto Dwi Mulatsih dengan judul skripsi “Hubungan Asupan Gizi dengan Perkembangan kognitif anak pada kelompok A di TK Pertiwi 2 Blimbing Ambirejo Sragen tahun ajaran 2016/2017” menyimpulkan bahwa asupan gizi mempunyai hubungan yang positif dengan perkembangan kognitif anak, dengan nilai r hitung $>$ r tabel baik dengan Taraf Signifikan 1% maupun 5% dengan nilai $(0,536 > 0,456)$ dan $(0,536 > 0,355)$.⁵⁵
2. Menurut Aqmarlia Janita Putri dalam judul skripsi “Hubungan asupan protein dengan kemampuan kognitif anak usia sekolah di madrasah ibtidaiyah muhammadiyah kartasura” menyimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara asupan protein dengan kemampuan kognitif anak usia sekolah, dimana nilai p signifikan ($p < 0,05$) yaitu $p=0,002$ dengan $OR = 5,544$. Sedangkan didapatkan hasil analisis data yang

⁵⁵ Sinto Dwi Mulatsih, *Hubungan Asupan Gizi dengan Perkembangan Kognitif Anak pada Kelompok A di TK Pertiwi 2 Blimbing Sambirejo Sragen tahun ajaran 2016/2017*.

tidak bermakna untuk hubungan antara pengetahuan gizi ($p=0,213$) dan pendidikan Ibu ($p=0,580$) dengan kemampuan kognitif anak sekolah.⁵⁶

3. Menurut Rachma Purwanti, dalam jurnal “Asupan Zat Gizi Dan Perkembangan Kognitif Balita Di Wilayah puskesmas Bugangan Kota Semarang” menyimpulkan bahwa Asupan energi, lemak, protein, dan zink berhubungan dengan perkembangan kognitif balita umur 48-60 bulan di wilayah Puskesmas Bugangan Kota Semarang. Oleh karena itu, orang tua diharapkan dapat membiasakan balita untuk mengkonsumsi bahan makanan mengandung karbohidrat dalam jumlah yang cukup sebagai sumber energi dan sayuran serta buah-buahan untuk mendukung perkembangan kognitif balita.⁵⁷



C. Hipotesis

Sugiyono menyatakan bahwa hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, di mana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan. Dikatakan sementara karena jawaban yang diberikan baru didasarkan pada teori yang relevan, belum didasarkan pada fakta-fakta empiris yang diperoleh melalui pengumpulan data. Jadi, hipotesis juga dapat dinyatakan sebagai jawaban teoritis terhadap rumusan masalah penelitian, belum jawaban yang empirik dengan data.⁵⁸

⁵⁶ Aqmarlia Janita Putri, *Hubungan asupan protein dengan kemampuan kognitif anak usia sekolah di madrasah ibtdaiyah muhammadiyah kartasura*. Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta 2018.

⁵⁷ Rachma Purwanti, *Ibid.* h. 7

⁵⁸ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. (Bandung: Alfabeta, 2016), h. 96

Berdasarkan kerangka berpikir yang diuraikan diatas maka diajukan suatu hipotesis dalam penelitian ini adalah: “Terdapat hubungan yang signifikan antara Gizi dengan Perkembangan Kognitif Anak”. Adapun hipotesis asosiatif penelitian:

Ho: Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara gizi terhadap perkembangan kognitif anak di PAUD Khodijah Sukarame Bandar Lampung).

Ha: Terdapat hubungan yang signifikan antara gizi terhadap perkembangan kognitif anak di PAUD Khodijah Sukarame Bandar Lampung).



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

“Metodologi penelitian” berasal dari kata “Metode” yang artinya cara yang tepat untuk melakukan sesuatu; dan logos” yang artinya ilmu atau pengetahuan. Jadi metodologi artinya cara melakukan sesuatu dengan menggunakan pikiran secara seksama untuk mencapai sesuatu tujuan. Sedangkan “penelitian” adalah suatu kegiatan untuk mencari, mencatat, merumuskan dan menganalisis dan sampai menyusun laporan.⁵⁹

Secara umum metode penelitian diartikan sebagai cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan kegunaan tertentu.⁶⁰ Jadi dapat penulis simpulkan bahwa metode penelitian adalah cara yang digunakan seseorang untuk melakukan, mengembangkan dan menguji sesuatu untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu.

Penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif, dengan metode penelitian koresional yaitu penelitian yang dirancang untuk melihat hubungan-hubungan antara satu variabel dengan variabel yang lain.⁶¹ Penelitian ini menggunakan penelitian koresional karena ingin mengetahui seberapa besar hubungan antara variabel.

⁵⁹ Cholid Narbuko, *Metodologi Penelitian*. (Jakarta: Bumi Aksara, 2015), h. 1-2

⁶⁰ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. (Bandung: Alfabeta, 2016), h. 117

⁶¹ Novalia Dan Muhamad Syazali, *Olah Data Penelitian Pendidikan*. (Bandar Lampung: Anugrah Utama Raharja, 2014), h. 99

B. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi yang diteliti yaitu seluruh siswa-siswi di PAUD Khoijah Sukarame Bandar Lampung yang berjumlah 15 anak, yaitu:

Table 3
Jumlah Peserta Didik PAUD Khodijah Sukarame Bandar Lampung

No	Usia	Jumlah Siswa		Jumlah
		Laki	Perempuan	
1	2-4 Tahun	8	2	10
2	4-5 Tahun	11	4	15

Sumber: Dokumentasi PAUD Khodijah Kec. Sukarame Bandar Lampung

2. Sampel

Sampel merupakan bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Dalam penelitian ini, peneliti mengambil peserta didik yang berusia 4-5 tahun yang berjumlah 15 siswa.

C. Definisi Operasional Penelitian

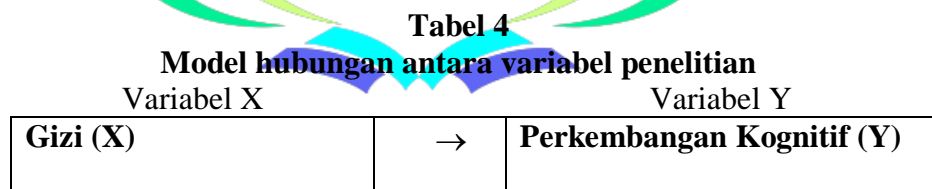
1. Variabel Independen

Variabel bebas (independen) adalah merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen (terikat). Dalam penelitian ini bebasnya yaitu gizi.

2. Variabel Dependen

Variabel terikat (dependen) merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas. Dalam penelitian ini variabel terikatnya yaitu perkembangan kognitif anak.⁶²

Pengaruh hubungan antara variabel bebas (X) dengan variabel terikat (Y) dapat digambarkan sebagai berikut:



D. Metode Pengumpulan Data

1. Kuesioner (Angket)

Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pertanyaan tertulis kepada responden untuk dijawabnya diharapkan dari responden. Ditinjau dari penyampainnya metode ini dibagi menjadi dua, yaitu:

⁶² Sugiyono, *Statistika Untuk Penelitian*. (Bandung: Alfabeta, 2017), h. 4-61

- a) Kuesioner langsung, yakni apabila pernyataan dikirim langsung kepada orang yang ingin diminta pendapat dan diminta menceritakan tentang keadaan dirinya.
- b) Kuesioner tidak langsung, yakni apabila daftar pernyataan tidak dikirim langsung kepada orang yang ingin diminta pendapat dan diminta menceritakan keadaan dirinya.

Berdasarkan pendapat di atas, maka penulis memakai teknik kuesioner tidak langsung dikarenakan kuesioner yang penulis buat untuk orang tua peserta didik dan guru di PAUD Khodijah Sukarame Bandar Lampung.

2. Observasi

Sutrisno Hadi mengemukakan bahwa, observasi merupakan suatu proses yang kompleks, suatu proses yang tersusun dari berbagai proses biologis dan psikologis.

Dari segi proses pelaksanaan pengumpulan data, observasi dapat dibedakan menjadi:

a. Observasi berperanserta (Participant observation)

Dalam observasi ini, peneliti terlibat dengan kegiatan sehari-hari orang yang sedang diamati atau yang digunakan sebagai sumber data penelitian.

b. Observasi Nonpartisipan

Dalam observasi ini, peneliti terlibat langsung dengan aktivitas orang-orang yang sedang diamati, maka dalam observasi nonpartisipan peneliti tidak terlibat dan hanya sebagai pengamat indenpenden.⁶³

Berdasarkan pendapat diatas, maka penulis menggunakan metode obsevasi nonpartisipan, karena peneliti hanya sebagai pengamat saja.

3. Dokumentasi

Dokumentasi dari asal dokumen yang artinya barang-barang tertulis. Dalam melaksanakan metode dokumentasi peneliti menyelidiki benda-benda tertulis seperti data tinggi dan berat anak, buku-buku, majalah, dokumen, dan catatan harian.⁶⁴ Adapun data tertulis tentang profil PAUD Khodijah Kecamatan Sukarame Bandar Lampung.

E. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan mengukur fonemena alam maupun sosial yang diamati. Secara spesifik semua fonemena ini disebut variabel penelitian.

Instrumen-instrumen yang digunakan untuk mengukur variabel dalam ilmu alam sudah banyak tersedia dan telah diuji validitas dan realibitasnya. Instrumen biasanya dipakai oleh peneliti untuk menanyakan atau mengamati responden sehingga diperoleh data yang dibutuhkan. Instrumen penelitian ini

⁶³ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. (Bandung: Alfabeta, 2015), h. 199-204

⁶⁴ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian : Suatu Pendekatan Praktek, Edisi ke 6 Cet ke XII*. (Jakarta: Renika Cipta, 2002), h. 201.

menggunakan angket yang diberikan kepada guru dan orang tua yang terdiri dari beberapa pertanyaan dengan sebagian besar jawaban menggunakan skala guttman. Skala Guttman yaitu skala pengukuran yang akan didapat jawaban yang tegas “Ya/Tidak”, “Benar/Salah”, “Pernah/Tidak Pernah”, “positif/negatif”, dan lain-lain. Jawaban dapat dibuat skor tertinggi 2 dan terendah 1.

Uraian dari setiap jenis instrumen yang digunakan pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Angket gizi

Angket ini disusun dalam bentuk pertanyaan yang terdiri dari 15 item pertanyaan dengan menggunakan skala likert, yakni skala yang berisi 2 tingkat jawaban mengenai kesetujuan responden atas pertanyaan yang disediakan peneliti, tingkat kesetujuan responden terhadap statemen dalam angket diklasifikasikan, sebagai berikut:

Ya : 2

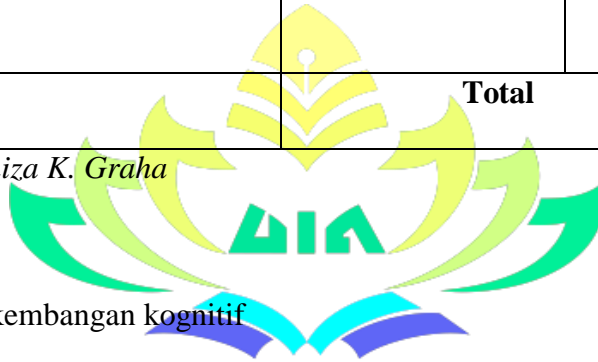
Tidak : 1

Untuk lebih mudah dapat dilihat di tabel berikut:

Tabel 5
Kisi-Kisi Angket Gizi

Variabel	Indikator	Sub Indikator	Item	Total
Gizi	- Unsur yang terkandung di dalam makanan	Karbohidrat	1	1
		Protein	2	1
		Lemak	3	1
		Vitamin	4, 5	2
		Mineral	6	2
	- Bermanfaat untuk kesehatan	Sehat	8-20	13
Total				20

Sumber: Chairinniza K. Graha



2. Angket perkembangan kognitif

Angket ini disusun dalam bentuk pertanyaan yang terdiri dari 15 item pertanyaan dengan menggunakan skala likert, yakni skala yang berisi 4 tingkat jawaban mengenai kesetujuan responden atas pertanyaan yang disediakan peneliti, tingkat kesetujuan responden terhadap statemen dalam angket diklasifikasikan, sebagai berikut:

SB (Sangat Baik) : 4

B (Baik) : 3

TB (Tidak Baik) : 2

STB (Sangat Tidak Baik) : 1⁶⁵

⁶⁵ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. (Bandung: Alfabeta, 2016), h. 96-148

Untuk lebih mudah dapat dilihat di tabel berikut:

Tabel 6
Indikator Perkembangan Kognitif Anak Usia 4-5 Tahun

Variabel	Indikator	Sub Indikator	Item	Jumlah
Perkembangan Kognitif	Menggunakan simbol	1) Dapat mengenal simbol	1,2	4
		2) Dapat membuat gambar pola	3,4	
	Memahami identitas	1) Mengenal benda berdasarkan fungsinya	5, 6, 7, 8, 9	5
	Memahami sebab akibat	1. Dapat menyimpulkan tentang apa yang terjadi disekitarnya	10, 11, 12	3
	Mengklasifikasi	1. Dapat membedakan bentuk, warna dan ukuran	13, 14, 15, 16,17	5
Memahami angka	1. Dapat mengenal bilangan	18, 19, 20	3	
Total				20

Sumber: Piaget

F. Validitas dan Reliabilitas Instrumen

1. Uji Validitas Instrumen

Suatu teknik evaluasi dikatakan mempunyai validitas yang tinggi jika teknik evaluasi atau tes itu dapat sesuai terhadap apa yang sebenarnya yang akan diukur. Adapun rumus yang digunakan dalam validitas angket yaitu dengan rumus korelasi product moment, sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{\sum xy - (\sum X) \sum Y}{\sqrt{(n \sum x^2 - (\sum X)^2)[n \sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

Keterangan:

r_{xy} : Koefesien korelasi antara X dan Y

n : Banyak siswa yang diteliti

$\sum X$: Jumlah scor butir soal

$\sum Y$: Jumlah scor butir soal

$\sum XY$: scor perkalian butir dan scor total

$\sum X^2$:Kuadrat dari jumlah scor butir soal

$(\sum X)^2$: Jumlah scor butir soal yag dikuadratkan

$\sum Y^2$:Kuadrat dari scor butir soal

$(\sum Y)^2$: Jumlah scor total butir soal yang dikuadratkan



Bila kolerasi setiap faktor soal dengan skor total tersebut bernilai positif dan besarnya sama dengan atau lebih dari 0.30 maka faktor tersebut merupakan instruktur yang kuat. Jadi, berdasarkan analisis faktor dapat disimpulkan bahwa instrumen tersebut valid.

2. Uji Realibitas Instrumen

Formula yang dipergunakan untuk menguji reliabilitas instrumen dalam penelitian adalah koefesien *Cronbach Alpha*, yaitu:

Rumus:

$$r_{11} = \left[\frac{k}{k-1} \right] \left[1 - \frac{\sum s_i^2}{s^2} \right]$$

Keterangan:

r_{11} = reliabilitas instrumen / koefisien Alfa

k = banyaknya item / butir soal

s_i^2 = varians total

$\sum s_i^2$ = jumlah seluruh varians masing-masing soal

Nilai koefisien *alpha* (r) akan dibandingkan dengan koefisien korelasi tabel $r_{tabel} = r_{(\alpha, n-2)}$. Jika $r_{11} > r_{tabel}$, maka instrumen reliabel. Pada output SPSS, jika *Cronbac's Alpha* > r_{tabel} , maka instrumen reliabel.⁶⁶

G. Metode Analisis Data

1. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah sampel dalam bervariasi normal atau tidak melalui pengujian. Suatu penelitian data harus bervariasi normal, bila data setiap variabel tidak normal maka tidak bisa menggunakan statistik parametik. Metode normalitas dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan *kolmogorov-smirnov* pada program komputer *SPSS Versi 24 for windows*.

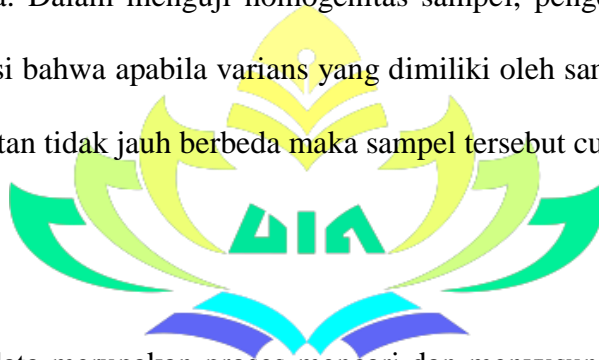
Kriteria penetapannya dengan cara membandingkan nilai Sig. (2-tailed) pada tabel Kkolmogorov-smirnov dengan taraf signifikan 0,05 (5%). Dengan demikian dasar pengambilan keputusan bahwa p dari

⁶⁶ Novalia Dan Muhamad Syazali, *Ibid.* h. 39

koefisien K- S > 0,05, maka data berdistribusi normal. Sebaliknya jika p dari koefisien K- S < 0.05, maka data berdistribusi tidak normal.

2. Uji Homogenitas

Disamping pengujian normal tidaknya distribusi data pada sampel, peneliti melakukan pengujian terhadap kesamaan beberapa bagian sampel yakni seragam tidaknya variasi sampel-sampel yang diambil dari populasi yang sama. Dalam menguji homogenitas sampel, pengtesan didasarkan atas asumsi bahwa apabila varians yang dimiliki oleh sampel-sampel yang bersangkutan tidak jauh berbeda maka sampel tersebut cukup homogen.



H. Uji Hopotesis

Analisis data merupakan proses mencari dan menyusun secara sistematis dari data yang diperoleh dari hasil observasi. Hasil dari obserasi tersebut masih merupakan data mentah yang berupa angka yaitu skor. Analisi data ini dilakukan terhadap data hasil akhir untuk menguji hipotesis yang sudah dirumuskan oleh peneliti. Untuk menguji hipotesis tersebut peneliti menggunakan teknik analisis data korelasi product moment dengan angka dasar yang digunakan untuk menentukan gizi dengan perkembangan kognitif.

$$r_{xy} = \frac{\sum xy - (\sum X) \sum Y}{\sqrt{(n \sum x^2 - (\sum X)^2)[n \sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

Keterangan:

r_{xy} : Koefesien korelasi antara X dan Y

n : Banyak siswa yang diteliti

$\sum X$: Jumlah scor butir soal

$\sum Y$: Jumlah scor butir soal

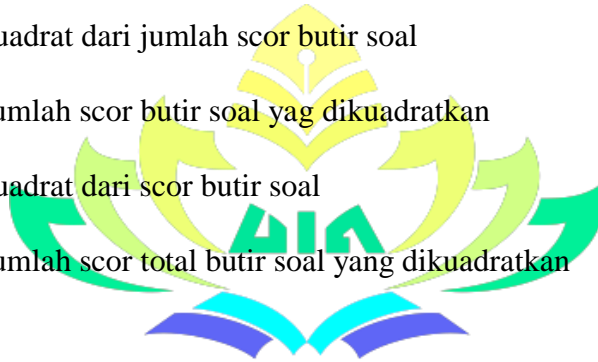
$\sum XY$: scor perkalian butir dan scor total

$\sum X^2$:Kuadrat dari jumlah scor butir soal

$(\sum X)^2$: Jumlah scor butir soal yag dikuadratkan

$\sum Y^2$:Kuadrat dari scor butir soal

$(\sum Y)^2$: Jumlah scor total butir soal yang dikuadratkan



Rumus di atas digunakan bila sekaligus akan menghitung persamaan regresi. Hasil perhitungan dari rumus di atas kemudian akan dicari taraf signifikasinya menggunakan 5%. Dari hasil uji signifikansi itulah nantinya akan diketahui apakah ada korelasi yang signifikan ataukah tidak. Jika ternyata terdapat korelasi yang signifikan maka terdapat implikasi bahwa gizi berhubungan dengan perkembangan kognitif anak, sebaliknya jika tidak ada korelasi yang signifikan maka gizi tidak berhubungan dengan perkembangan kognitif anak.

Kriteria pengujian hubungan gizi (X) dengan perkembangan Kkognitif (Y) signifikan jika $r_{hitung} > r_{tabel}$.

Tabel 7
Interpretasi Koefisien Korelasi

Interval koefisien	Tingkat hubungan
0,00 – 0,199	Sangat rendah
0,20 – 0,399	Rendah
0,40 – 0, 599	Sedang
0,60 -0, 799	Kuat
0,80 – 1,000	Sangat kuat

Sumber: Sugiyono⁶⁷

Selanjutnya untuk menyatakan besar kecilnya sumbangan variabel X terhadap Y dapat ditentukan dengan rumus koefisien determinasi sebagai berikut:



Keterangan :

KP = Nilai Koefisien Determinasi

R = Nilai Koefisien Korelasi

Pengujian lanjutan yaitu uji signifikansi yang berfungsi apabila peneliti ingin mencari makna hubungan variabel X dengan Y, maka hasil korelasi pearson product moment tersebut diuji menggunakan program *SPSS Versi 24 for windows*.

⁶⁷ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. (Bandung: Alfabeta, 2016), h. 225-257

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Sejarah singkat berdirinya PAUD Khodijah Sukarame Bandar Lampung

PAUD Khodijah sukarame didirikan pada tahun 2010, karena berada di lingkungan masyarakat yang memiliki putra-putri dalam setiap anggota keluarga, dikarenakan ada gedung yang biasa digunakan masyarakat setempat apabila ada kegiatan di lingkungan masyarakat setempat dan tidak terpakai setiap hari, maka dibentuklah satuan PAUD dibawah pimpinan ibu Rosmiyati, S.Pd yang dikukuhkan oleh keputusan Ka UPT Dinas Pendidikan Sukarame dan didukung oleh Penilik PNFI Sukarame, yang beralamat di perum blok b no RT 05 permata biru sukarame bandar lampung.

1. Visi dan Misi

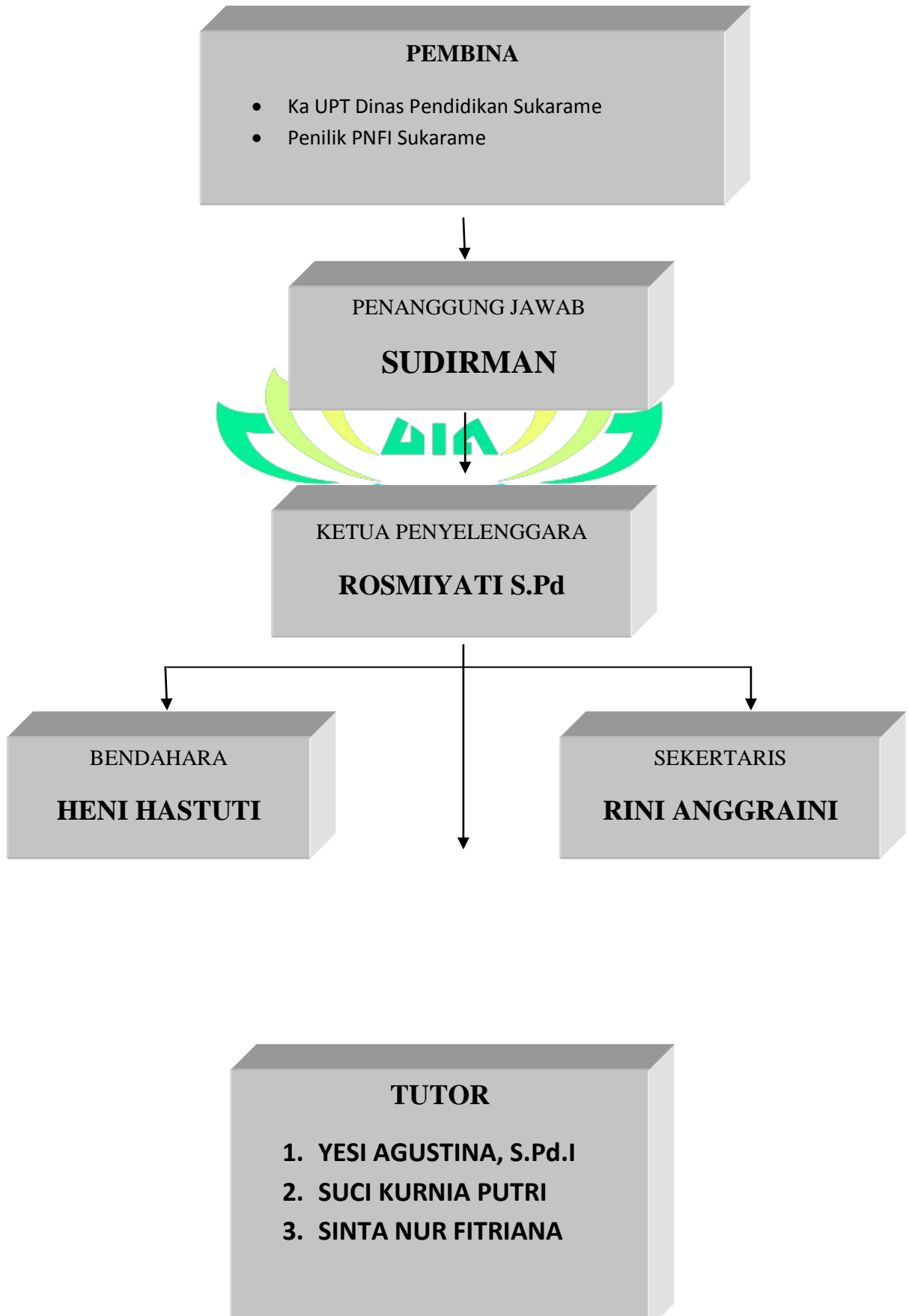
a. Visi :

Memberikan warna Islami sebagai ciri khas Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) Khodijah, tentang aspek sopan santun, kecerdasan, keterampilan, pergaulan yang baik, kemampuan baca tulis dan berhitung, serta ibadah. Sehingga menjadi anak yang sholeh dan sholehah.

b. Misi :

- 1) Menghimpun anak-anak usia 3-6 tahun untuk anak didik di PAUD Khodijah
- 2) Mendidik anak usia dini agar menjadi cerdas, terampil dan berahlak mulia yang diridhoi Allah SWT, dan
- 3) Mempersiapkan pendidikan ke jenjang Sekolah Dasar.

STUKTUR ORGANISASI
PAUD “KHODIJAH”
PERMATA BIRU BLOK B RT 05 KELURAHAN SUKARAME BARU
KECAMATAN SUKARAME BANDAR LAMPUNG



B. Hasil Penelitian

Deskripsi data ini dimaksudkan untuk menyajikan data kuantitatif mengenai gizi dengan perkembangan kognitif anak di PAUD Khodijah Sukarame Bandar Lampung. Dalam penelitian ini data yang terkumpul selanjutnya dianalisis peritem yaitu gizi (X) dan perkembangan kognitif (Y).

1. Uji Prasaratan Analisis

Pada bagian ini dipaparkan teknik uji coba instrumen penelitian gizi dengan perkembangan kognitif anak yang meliputi uji validitas dan uji reliabilitas. Analisis uji coba ini dilakukan dengan menggunakan bantuan software program *SPSS versi 24*. Hal ini dilakukan untuk menyeleksi atau memilih item-item yang layak untuk dijadikan sebagai alat ukur.

a. Uji Validitas

Uji validitas instrumen digunakan untuk menguji validitas angket. Dalam keperluan ini, uji validitas pada penelitian ini menggunakan rumus *korelasi product moment*.

Berikut ini hasil analisis uji coba angket yang diberikan kepada 15 responden dengan jumlah item pertanyaan 20 pertanyaan untuk gizi dan 20 pertanyaan untuk variabel perkembangan kognitif yang dianalisis dengan menggunakan alat software *SPSS versi 24*.

Tabel 8
Analisis Uji Coba Angket Validitas Soal Variabel Gizi

No Butir Item	Corrected Item-Total Correlation (r hitung)	r tabel	Keterangan
1	-0,646	>0,514	Valid
2	0,723	>0,514	Valid
3	0,679	>0,514	Valid
4	0,740	>0,514	Valid
5	0,619	>0,514	Valid
6	0,715	>0,514	Valid
7	0,715	>0,514	Valid
8	0,747	>0,514	Valid
9	0,864	>0,514	Valid
10	0,825	>0,514	Valid
11	0,825	>0,514	Valid
12	0,700	>0,514	Valid
13	0,698	>0,514	Valid
14	0,740	>0,514	Valid
15	0,723	>0,514	Valid
16	0,543	>0,514	Valid
17	0,688	>0,514	Valid
18	0,688	>0,514	Valid
19	0,619	>0,514	Valid
20	0,619	>0,514	Valid

Sumber: Hasil Uji Coba 15 Responden

Berdasarkan hasil analisis pada tabel di atas, secara keseluruhan item diuji cobakan tentang gizi mengandung validasi butir. Dengan demikian dapat dipergunakan untuk menggali data penelitian. Berdasarkan hasil analisis tersebut, diketahui bahwa semua item pertanyaan dinyatakan sah/valid.

Tabel 9
Analisis Uji Coba Angket Validitas Soal Variabel
Perkembangan Kognitif

No Butir Item	Corrected Item-Total Correlation (r hitung)	r tabel	Keterangan
1	0,585	>0,514	Valid
2	0,593	>0,514	Valid
3	0,660	>0,514	Valid
4	0,638	>0,514	Valid
5	0,690	>0,514	Valid
6	0,717	>0,514	Valid
7	0,750	>0,514	Valid
8	0,690	>0,514	Valid
9	0,589	>0,514	Valid
10	0,635	>0,514	Valid
11	0,607	>0,514	Valid
12	0,622	>0,514	Valid
13	0,596	>0,514	Valid
14	0,591	>0,514	Valid
15	0,653	>0,514	Valid
16	-0,567	>0,514	Valid
17	-0,672	>0,514	Valid
18	0,599	>0,514	Valid
19	0,524	>0,514	Valid
20	0,698	>0,514	Valid

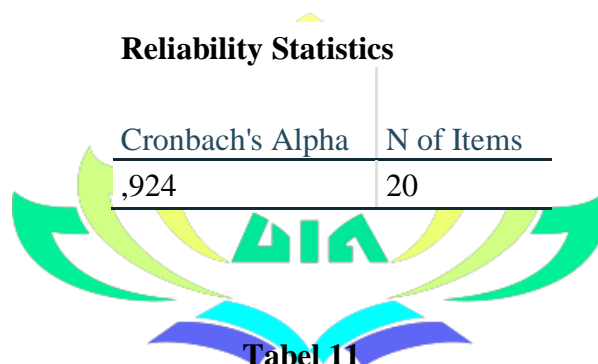
Sumber: Hasil Uji Coba 15 Responden

Berdasarkan hasil analisis pada tabel di atas, secara keseluruhan item diuji cobakan tentang perkembangan kognitif mengandung validasi butir. Dengan demikian dapat dipergunakan untuk menggali data penelitian. Berdasarkan hasil analisis tersebut, diketahui bahwa semua item pertanyaan dinyatakan sah/valid.

b. Uji Reliabilitas

Setelah butir soal dilakukan uji validitas, item-item yang valid diujikan kembali kedalam realibitas. Untuk menguji reliabilitas soal, digunakan rumus Alpha cronbach dengan bantuan software program *SPSS versi 24*, dan hasilnya adalah sebagai berikut:

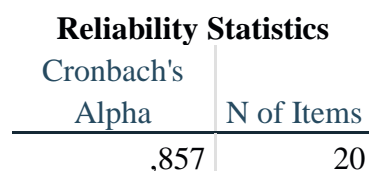
Tabel 10
Hasil Uji Reliabilitas Angket Gizi



The table is titled "Reliability Statistics" and is overlaid on a stylized logo with green and blue elements. It contains two columns: "Cronbach's Alpha" and "N of Items". The value for Cronbach's Alpha is 0,924 and for N of Items is 20.

Cronbach's Alpha	N of Items
,924	20

Tabel 11
Hasil Uji Reliabilitas Angket Perkembangan Kognitif



The table is titled "Reliability Statistics" and contains two columns: "Cronbach's Alpha" and "N of Items". The value for Cronbach's Alpha is 0,857 and for N of Items is 20.

Cronbach's Alpha	N of Items
,857	20

Hasil penelitian di atas menunjukkan harga sebesar 0,924 untuk angket gizi dan 0,857 untuk angket perkembangan kognitif, artinya angket ini lebih besar dari angka kritik tabel, nilai r tabel untuk $N= 15$ dengan interval (cara membaca r tabel adalah $N-2$ sehingga angka pembacanya 13) pada taraf kepercayaan 5% sebesar, 0,553 berarti $0,924 > 0,553$ dan $0,857 > 0,553$ artinya, kedua instrumen ini memiliki nilai

reliabilitas untuk dijadikan sebagai alat pengumpul data. Karena berdasarkan uji coba instrumen ini sudah valid dan reliabel seluruhnya, maka instrumen ini dapat digunakan untuk pengukuran dalam rangka pengumpulan data gizi terhadap perkembangan kognitif anak di PAUD Khodijah Sukarane Bandar Lampung.

2. Metode Analisis Data

a. Uji Normalitas

Untuk mengetahui sebaran data gizi dan perkembangan kognitif tersebut berdistribusikan normal atau tidak, maka dilakukan uji normalitas Kolmogorov-Smirnov dengan menggunakan *SPSS Versi 24 for windows* dapat dilihat di tabel berikut ini:

Tabel 12
Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		15
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	,0000000
	Std. Deviation	1,15122795
Most Extreme Differences	Absolute	,117
	Positive	,117
	Negative	-,114

Test Statistic	,117
Asymp. Sig. (2-tailed)	,200c,d

- a. Test distribution is Normal.
- b. Calculated from data.
- c. Lilliefors Significance Correction.
- d. This is a lower bound of the true significance.

Dari tabel di atas dapat dijelaskan bahwa data berdistribusi normal yang dapat dilihat dari nilai signifikansi atau probabilitasnya. Pedoman pengambilan keputusannya adalah apabila nilai signifikansinya $< 0,05$ data tidak normal dan sebaliknya, jika nilai signifikansinya $> 0,05$ maka data dinyatakan normal. Berdasarkan hasil uji normalitas diketahui nilai signifikansi $0,200 > 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa sampel data berdistribusi normal.

b. Uji Homogenitas

Uji homogenitas digunakan untuk mengetahui apakah kedua skala ukur memiliki karakter yang sama atau tidak. Uji homogenitas varian dilakukan pada variabel terikat dan variabel bebas dengan menggunakan program komputer *SPSS Versi 24 for windows*.

Tabel 13
Hasil Uji Homogenitas

Test of Homogeneity of Variances

gizi

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
3,461	4	7	,073

Dari tabel di atas dapat dijelaskan bahwa data berdistribusi homogen yang dapat dilihat dari nilai signifikansi atau probabilitasnya. Pedoman pengambilan keputusannya adalah apabila nilai signifikansi < 0,05 maka data tidak homogen dan sebaliknya, jika nilai signifikansi > 0,05 maka data dinyatakan homogen. Nilai probabilitas atas nilai sig yang didapat dari gizi dan perkembangan kognitif > 0,05 maka data-data tersebut penyebarannya homogen. Berdasarkan hasil uji homogenitas diketahui nilai signifikansi 0,073 maka dapat disimpulkan bahwa kedua sampel data berdistribusi homogen.

3. Uji Hipotesis Penelitian

Hipotesis yang diuji dalam penelitian ini adalah “Terdapat Hubungan Gizi dengan Perkembangan Kognitif Anak di PAUD Khodijah Sukarame Bandar Lampung”. Kriteria pengujiannya: diterima hipotesis jika p (signifikansi hasil perhitungan) lebih kecil dari nilai α (0,05) sebaliknya

ditolak jika nilai p (signifikansi hasil perhitungan) lebih besar dari nilai α (0,05).

Berdasarkan hasil analisis menggunakan *korelasi product moment* dengan bantuan software *SPSS versi 24*, hasil perhitungan untuk uji hipotesis di sediakan dalam tabel.

Tabel 14
Hasil Uji Korelasi Product Moment Variabel X dan Variabel Y

		gizi	perkembangan kognitif
gizi	Pearson Correlation	1	,913**
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	15	15
perkembangan kognitif	Pearson Correlation	,913**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	15	15

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Tabel menunjukkan r_{xy} yaitu 0,913 dan signifikansi (p) sebesar 0,000. Signifikansi (p) dari hasil perhitungan sebesar $0,000 < 0,05$, dengan demikian hipotesis diterima. Selanjutnya r_{xy} dikonsultasikan dengan nilai r tabel untuk jumlah responden 15 adalah $N-2 = 13$ adalah 0,553 berarti $0,913 > 0,553$ dan hipotesis yang diajukan diterima. Artinya terdapat hubungan gizi terhadap perkembangan kognitif anak.

C. Pembahasan

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis diketahui nilai *korelasi product moment* gizi terhadap perkembangan kognitif anak r hitung sebesar 0,913 lebih besar dari r tabel 0,514 yang menunjukkan adanya hubungan gizi dengan perkembangan kognitif anak di PAUD Khodijah Sukarame Bandar Lampung.

Dari hasil output *SPSS* pada tabel tersebut diperoleh:

1. Nilai koefisien korelasi (r) sebesar 0,913 yang bertanda positif (terdapat hubungan searah), jadi semakin baik gizi anak maka perkembangan kognitif anak usia dini semakin meningkat.
2. Besaran korelasi $0,913 > 0,05$, dimana pendapat sugiyono bahwa korelasi yang berkisar antara 0,80 – 1,000 merupakan korelasi yang sangat kuat. Berarti gizi berkorelasi kuat dengan perkembangan kognitif anak usia dini.
3. Signifikansi atau uji t , biasanya dilihat pada hasil output *SPSS* pada baris Sig. (2-tailed). Diperoleh nilai $p = 0,000$ artinya, korelasi atau hubungan dua variabel tersebut signifikan baik pada taraf 0,05. Hal ini dapat dilihat dari adanya (**) pada angka koefesien korelasi di atas. Sehingga dapat dinyatakan bahwa hubungan gizi dengan perkembangan kognitif anak usia dini merupakan hubungan yang signifikan atau meyakinkan.

Berdasarkan pembahasan di atas maka penelitian ini dapat di interpresentasikan bahwa gizi dengan perkembangan kognitif anak usia dini di PAUD Khodijah Sukarame Bandar Lampung terdapat hubungan yang searah yaitu semakin baik gizi anak maka perkembangan kognitif anak usia dini

semakin meningkat sedangkan hasil korelasi dalam penelitian ini merupakan korelasi yang positif, kuat dan signifikan.

Pada hakikatnya gizi merupakan makanan yang bermanfaat untuk kesehatan. Sebagaimana menurut para ahli, gizi merupakan satu-satunya faktor paling penting yang mempengaruhi perkembangan kognitif anak. Anak dengan status gizi baik memungkinkan perkembangan kognitif secara optimal dan sebaliknya, anak dengan asupan gizi yang kurang akan mengganggu perkembangan otak dan menyebabkan terhambatnya perkembangan kognitif dan pada akhirnya akan menyebabkan prestasi belajar buruk.

Namun demikian selain gizi terdapat juga faktor yang mempengaruhi perkembangan kognitif anak yaitu faktor bawaan, faktor kematangan, faktor minat bakat, faktor lingkungan, faktor pembentukan, dan faktor kebebasan.

Penelitian ini diperkuat dengan adanya penelitian terdahulu yang relevan namun hasil penelitian yang dilakukan oleh beberapa peneliti sebelumnya berbeda dengan hasil penelitian ini. Hal ini akan dijelaskan pada berikut ini:

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Sinto Dwi Mulatsih tentang Hubungan Asupan Gizi dengan Perkembangan kognitif anak pada kelompok A di TK Pertiwi 2 Blimbing Ambirejo Sragen tahun ajaran 2016/2017 menyimpulkan bahwa asupan gizi mempunyai hubungan yang positif dengan perkembangan kognitif anak, dengan nilai r hitung $>$ r tabel baik dengan Taraf Signifikan 1% maupun 5% dengan nilai $(0,536 > 0,456)$ dan $(0,536 > 0,355)$.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Aqmarlia Janita Putri tentang Hubungan asupan protein dengan kemampuan kognitif anak usia sekolah di madrasah ibtidaiyah muhammadiyah kartasura menyimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara asupan protein dengan kemampuan kognitif anak usia sekolah, dimana nilai p signifikan ($p < 0,05$) yaitu $p=0,002$ dengan $OR = 5,544$. Sedangkan didapatkan hasil analisis data yang tidak bermakna untuk hubungan antara pengetahuan gizi ($p=0,213$) dan pendidikan Ibu ($p=0,580$) dengan kemampuan kognitif anak sekolah.

Dari kedua penelitian di atas dijelaskan bahwa penelitian ini dengan penelitian terdahulu memiliki kesimpulan akhir yang sama yaitu sama-sama memiliki hubungan positif yang signifikan. Akan tetapi hasil dari perhitungan statistik atau dalam hasil pengolahan datanya berbeda karena, adanya perbedaan-perbedaan selain tempat dan waktu penelitian, jumlah sampel dan responden, kisi-kisi instrumen serta jumlah item pada setiap angket berbeda, alat ukur berbeda.

Kemudian hasil penelitian dan analisis data maka dapat penulis simpulkan bahwa hubungan gizi dengan perkembangan kognitif anak memiliki hubungan yang signifikan. Dengan demikian hipotesis “ ada hubungan yang nyata atau signifikan antara gizi dengan perkembangan kognitif anak di PAUD Khodijah Sukarame Bandar Lampung dapat dikatakan diterima.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis pada penelitian ini, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan gizi dengan perkembangan kognitif anak di PAUD Khodijah Sukarame Bandar Lampung.

Berdasarkan pengelolaan dan analisis data yang penulis lakukan terdapat hubungan positif antara gizi dengan perkembangan kognitif anak di PAUD Khodijah Sukarame Bandar Lampung dapat dilihat dari nilai r_{xy} yaitu 0,913. Dimana dilihat pada nilai r Tabel *product moment* pada $N= 15$ menunjukkan nilai r pada taraf signifikan 5% = 0,514 dengan demikian dapat diketahui bahwa r hitung lebih besar dari pada r tabel atau $0,913 > 0,514$ yang berarti ada korelasi (hubungan) yang signifikan antara gizi dengan perkembangan kognitif anak di PAUD Khodijah Sukarame Bandar Lampung.

B. Saran

Penulis dapat menyelesaikan penelitian membahas, menganalisa data dan mengambil kesimpulan hasil penelitian, maka penulis menyarankan:

1. Kepada Pihak Sekolah khususnya guru dan kepala sekolah diharapkan dapat mengoptimalkan fasilitas sekolah dengan baik agar tumbuh kembang anak dapat berkembang terutama dalam perkembangan kognitif.

2. Diharapkan orang tua dapat memberikan gizi yang baik untuk anaknya agar kesehatan dan tumbuh kembang anak berkembang.
3. Kepada orang tua disarankan untuk lebih banyak lagi membaca dan belajar melalui buku-buku yang berhubungan dengan perkembangan anak, agar orang tua memiliki bekal dalam mengasuh anak.



DAFTAR PUSTAKA

- Amalia Furkon, Leily. *Ilmu Gizi dan Kesehatan*. (Tangerang Selatan: Universitas Terbuka, 2016).
- Ardy Wiyani, Novan. *Psikologi Perkembangan Anak Usia Dini*. (Yogyakarta: Gava Media, 2014).
- Arif Noor, Fu'ad. *Jurnal Program Studi PGRA*. Volume 4 No2, Juli 2018.
- Ayu, Sari dan et. al. Pembelajaran di Pendidikan Anak Usia Dini dengan Perkembangan Kognitif pada Anak. *Jurnal Kesehata Masyarakat Nasional*, Vol. 8, No. 6, Januari 2014.
- Cahyaning Pratiwi, Mas, dkk. *Kemampuan Kognitif Anak Retardasi Mental Berdasarkan Status Giz*. *Public Health Perspective Journal* 2 (1) (2017) 19 – 25.
- Departemen Agama RI, *Al-Quran dan Terjemahannya* (Bandung: Diponegoro, 2013).
- Derek Headey, et al. Rural Food Markets And Child Nutrition. *Amer. J. Agr. Econ*, Published Online September 3, 2019.
- Dwi Mulatsih,Sinto. *Hubungan Asupan Gizi dengan Perkembangan Kognitif Anak pada Kelompok A di TK Pertiwi 2 Blimbing Sambirejo Sragan tahun ajaran 2016/2017*.
- Dwi Yunianti, Tiara, dkk. *Pengaruh Metode Glenn Doman Terhadap Perkembangan Bahasa Dan Kognitif Anak Usia Prasekolah Di Tk Ladas*

Berendai Prabumulih. Jurnal Keperawatan Sriwijaya (Volume 1, Nomor 1, Juli 2014, ISSN 2355 5459).

Eka Purnaminingsih, Wayan dan et. al. Penerapan Metode Mind Map Berbantuan Media Bergambar Untuk meningkatkan kemampuan Kognitif Pada Anak Kelompok B3, *E-Journal PG PAUD Univeritas Pendidikan Ganesha, Vol. 2, No. 1, 2014*

Elizabeth L, et al. Associations Of Maternal Nutrition During Pregnancy And Post-Partum With Maternal Cognition And Caregiving. *Matern Child Nutr*, 2018;14:E12546.

Ernawati, Nanik “Meningkatkan Kemampuan Mengenal Bentuk-Bentuk Geometri Melalui Media *Smart Box* Pada Anak Kelompok B TK Dharma Wanita Persatuan Gilang Kecamatan Ngunut Kabupaten Tulung Agung”, *Jurnal Universitas Nusantara PGRI Kediri* (2015).

Ernawati, *Hubungan Status Gizi Dengan Pertumbuhan Dan Perkembangan Kognitif Anak Usia Prasekolah Di Desa Langkak Kecamatan Kuala Pesisir Kabupaten Nagan Raya. Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Teuku Umar Meulaboh-Aceh Barat 2013.*

Fatimah Ibda, Perkembangan Kognitif: Teori Jean Piaget. *Intelektualita - Volume 3, Nomor 1, Januari-Juni 2015.*

Febriani, Gambaran Status Gizi, Asupan, dan Kualitas Konsumsi Makanan pada Ibu dan Balita di Desa Sinarsari Bogor. *Jurnal Darul Ilmi, Volume 2, No. 1, Juni 2017.*

Flora, Elina. Busriendang, Muhamad Ali, *Analisis Pemberian Makanan Bergizi Pada Anak Usia 4-5 Tahun Di Tk Santa Gemma*. Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini Fkip Untan.

Fithria T. Samsul Alam, Status Nutrisi dan Perkembangan kognitif Anak Usia Sekolah di Kecamatan Kuto Baro Aceh Besar. *Idea Nursing Journal*, Vol. IV, NO. 1, 2013.

Hijriati, Tahapan Perkembangan Kognitif Pada Masa Early Childhood. Volume I. Nomor 2. Januari – Juni 2016.

Huda, Nurul dan Novi Angga Dewi, Widya. *Hubungan antara Tingkat Asupan Gizi dan Perkembangan Motorik Kasar pada Anak Usia 4-6 Tahun di Kota Semarang*. *Journal of SECE (Studies in Early Childhood Education)* e-ISSN : 2615-5389 p-ISSN : 2615-5397 Vol 1 No.2 2018 Page 149-156.

Janita Putri, Aqmarlia. *Hubungan asupan protein dengan kemampuan kognitif anak usia sekolah di madrasah ibtdaiyah muhammadiyah kartasura*. Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta 2018.

Komala, Ramadhana. Gambaran Konsumsi Pangan dan Status Gizi Ibu dan Anak Usia Dini di Way Halim Permay. *Jurnal Darul Ilmi*, Volume. 2, No. 1, Juni 2017.

Komang Srianis, et al. Penerapan Metode Bermain Puzzle Geometri Untuk Meningkatkan Perkembangan Kognitif Anak Dalam Mengenal Bentuk. *E-Journal PG-PAUD Universitas Pendidikan Ganesha*, (Volume 2 No 1 Tahun 2014).

Mansur, Pendidikan Anak Usia Dini dalam Islam. (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2014).

Margaret W. Matlin, *Kognitif*. (Diterjemahkan : Nilawati Tadjuddin Syabri, 2016).

Meryati, Luh, dkk. *E-Journal PG PAUD Universitas Pendidikan Gaesha Jurusan PAUD*. VOLUME 2 No 1 Tahun 2014.

Narbuko, Cholid. *Metodologi Penelitian*. (Jakarta: Bumi Aksara, 2015).

Novalia dan Muhamad Syazali, *Olah Data Penelitian Pendidikan*. (Bandar Lampung: Anugrah Utama Raharja, 2014).

Nungki Fidiantoro dan Tedy Setiadi, Model Penentuan Status Gizi Balita Di Puskesmas. *Jurnal Sarjana Teknik Informatika* E-Issn: 2338-5197 Volume 1 Nomor 1, Juni 2013.

Nurani Sujiono, Yuliani. *Konsep Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*. (Jakarta: PT Indeks, 2013).

Nur Latifah Hanum dan Ali Khomsan¹. Pola Asuh Makan, Perkembangan Bahasa, dan Kognitif Anak Balita Stunted dan Normal Di Kelurahan Sumur Batu, Bantar Gebang Bekasi. *Jgp*, Volume 7, Nomor 2, Juli 2012.

Nurhayati, Eti. *Psikologi Pendidikan Inovatif*. (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2016).

Papalia, Dianne E danet. al. *Human Devolpment (psikologi perkembangan)*. (jakarta: kencana, 2010).

Payam Dadvanda, et al. Green Spaces And Cognitive Development In Primary Scoolchildrenb, PNAS June 30, 2015 | vol. 112 | no. 26 | 7937–7942.

Pekik Irianto, Djoko. *Pedoman Gizi Lengkap Keluarga dan Olahragawan*.
(Yogyakarta: CV. ANDI OFFSET, 2017).

Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia No 137 Tahun
2004 Tentang Standar Nasional Pendidikan Anak Usia Dini.

purwani, Erni dan Mariyam, Pola Pemberian Makan dengan Status Gizi Anak
Usia 1 sampai 5 Tahun di Kabunan Taman Pemalang. *Jurnal Leperawatan
Anak*. Volume 1, No. 1, Mei 2013.

Purwanti, Rachma. *Asupan Zat Gizi Dan Perkembangan Kognitif Balita Di
Wilayahpuskesmas Bugangan Kota Semarang*. ISSN 2579-8588 Darussalam
Nutrition Journal, November 2017.

Rahayu Setyaningrum, Sari, dkk. *Pembelajaran di Pendidikan Anak Usia Dini
dengan Perkembangan Kognitif pada Anak*. Kesmas, Jurnal Kesehatan
Masyarakat Nasional Vol. 8, No. 6, Januari 2014.

Respati, Fitri. *Gizi Dan Kesehatan Reproduksi*. (Jakarta: Cakrawala Ilmu, 2015).

Retnaningrum, Wulandari. "Peningkatan Perkembangan Kognitif Anak Usia Dini
Melalui Media Bermain Memancing", *Jurnal Pendidikan dan
Pemberdayaan Masyarakat*, Vol. 3. No. 2 November 2016.

Retno Mardhiati, Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Anak Usia Dini Dalam
Kurikulum Pendidikan Anak Usia Dini . Fakultas Kesehatan Masyarakat
Uhamka.

Rifda El Fiah, Nilawati Tadjuddin, Development Of Mental Health Counseling
Services In Higher Education Institutions. *Proceedings International
Conference Of Counseling Education And Psychology (Iconcep)*, 2018.

- Rona Firmana Putri, et al. Faktor-Faktor Yang Berhubungan dengan Status Gizi Anak Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Nanggalo Padang. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 2015.
- Rosela S, Entie dan et. al. Hubungan Status Gizi dengan Perkembangan Anak Usia 1-5 Tahun di Kelurahan Tidar Utara, Kota Magelang. *Jurnal Keperawatan Soedirman (The Soedirman Journal Of Noursing)*, Volume 12, No. 1 Maret 2017.
- Salmiaty, Nurnaity dan Dasy Mulia Sari, Upaya Guru Dalam Membimbing Perkembangan Kognitif Anak Usia Dini (Suatu Penelitian Di Taman Kanak-Kanak Islam Terpadu Ar-Rahman Kota Banda Aceh). *Jurnal ISSN 2355-102X*, Vol. 3 No. 1 (Maret 2016).
- Santoso, Soegeng dan Anne Lies Ranti. *Kesehatan dan Gizi*. (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2013).
- Santrock, John W. *Life-Span Development Perkembangan Masa- Hidup*. (Jakarta: Erlangga, 2011).
- Siswanto, Hadi. *Pendidikan Kesehatan Unsur Utama Dalam Pendidikan Anak Usia Dini*. *Cakrawala Pendidikan*, Juni 2012, Th. XXXI, No. 2.
- Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian : Suatu Pendekatan Praktek, Edisi ke 6 Cet ke XII*. (Jakarta: Renika Cipta, 2002).
- Sugiyono, *Stastistika Untuk Penelitian*. (Bandung: Alfabeta, 2017).
- Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. (Bandung:Alfabeta, 2016).

- Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian : Suatu Pendekatan Praktek, Edisi ke 6 Cet ke XII.* (Jakarta: Renika Cipta, 2002).
- Syamsuddin dan Damiati, Vismaia S. *Metode Penelitian Pendidikan Bahasa.* (Bandung: PT Rosdakarya, 2011).
- Tadjuddin, Nilawati. *Meneropong Perkembangan Anak Usia Dini Perspektif Al-Quran.* (Depok: Herya Media, 2014).
- Tadjuddin, Nilawati. *Analisis Melejitkan Kompetensi Emosional.* (Bandar Lampung: Harakindo Publishing, 2013).
- Tadjuddin, Nilawati. *Optimalisasi Potensi Bawaan Melalui Rangsangan Otak. Darul Ilmi, Volume 1 No 2 Juni 2016 ISSN 2086-6909.*
- Undang-undang Sistem Pendidikan Nasional (SISDIKNAS No 20 Tahun 2003, Yogyakarta Dharma Bakti, 2005).
- Winarsih, *Pengantar Ilmu Gizi Dalam Kebidanan.* (Yogyakarta: PT Pustaka Baru, 2018).
- Wulandari, Heni. *Kesehatan dan Gizi untuk Anak Usia Dini.* (Bandar Lampung: Fakta Press; Falkutas Tarbiyah IAIN Raden Intan Lampung, 2014).
- Yohanes Rias, Andy. *Nutrisi Sang Buh Hati Bukti Cinta Ibu Cerdas.* (Yogyakarta: Gosyen Publishing, 2016).

