

**PENGARUH STATUS GIZI TERHADAP PERKEMBANGAN
KOGNITIF ANAK USIA DINI
DI TK DIPONEGORO 06 BANTARSOKA
KABUPATEN BANYUMAS**



SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan IAIN Purwokerto untuk
Memenuhi Salah Satu Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan
(S.Pd.)

IAIN PURWOKERTO

Oleh :
Indri Nur Fadilah
1522406051

**JURUSAN PENDIDIKAN ISLAM ANAK USIA DINI
FAKULTAS TARBIYAH ATAU ILMU KEGURUAN
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PURWOKERTO**

2019

PERNYATAAN KEASLIAN

Nama : Indri Nur Fadilah
NIM : 1522406051
Jenjang : S-1
Fakultas : Tarbiyah
Jurusan : Pendidikan Anak Usia Dini
Judul : Pengaruh Status Gizi Terhadap Perkembangan Kognitif AnakUsia Dini di TK Diponegoro 06 Bantarsoka Kabupaten Banyumas.

Menyatakan bahwa keseluruhan naskah skripsi yang berjudul “Pengaruh Status Gizi Terhadap Perkembangan Kognitif AnakUsia Dini di TK Diponegoro 06 Bantarsoka Kabupaten Banyumas” ini keseluruhan adalah hasil karya sendiri, adapun hal-hal yang bukan merupakan karya saya telah diberi tanda sumber rujukannya.





**KEMENTERIAN AGAMA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PURWOKERTO
FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN**

Alamat : Jl. Jend. A. Yani No. 40A Purwokerto 53126

Telp. (0281) 635624, 628250 Fax: (0281) 636553, www.ainpurwokerto.ac.id

PENGESAHAN

Skripsi Berjudul :

PENGARUH STATUS GIZI

TERHADAP PERKEMBANGAN KOGNITIF ANAK USIA DINI

DI TK DIPONEGORO 06 BANTARSOKA KABUPATEN BANYUMAS

Yang disusun oleh : Indri Nur Fadilah, NIM : 1522406051, Jurusan Pendidikan Islam Anak Usia Dini, Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Institut Agama Islam Negeri Purwokerto, yang telah diujikan pada hari : Rabu, tanggal : 23 Oktober 2019 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.) pada sidang Dewan Penguji Skripsi.

Penguji I/Ketua sidang/Pembimbing,

Penguji II/Sekretaris Sidang,

Dr. Maria Ulpah, S.Si, M.Si
NIP. 19801115 200501 2 004

Ellen Prima, M.A
NIP. 19890316 201503 2 003

Penguji Utama,

Dr. Ahsan Hasbullah, M.Pd
NIP. 19690510 2009011 002

Mengetahui :

Dekan,



Dr. H. Saifuddin, M.Ag.
NIP. 19520401 199903 1 002

NOTA DINAS PEMBIMBING

Purwokerto, 19 September 2019

Hal : Pengajuan Munaqosyah Skripsi

Sdr. Indri Nur Fadilah

Lamp : 3 (tiga) eksemplar

Kepada Yth

Dekan FTIK IAIN Purwokerto

di Purwokerto

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah melaksanakan bimbingan, telaah, arahan, dan koreksi terhadap penelitian skripsi dari:

Nama : Indri Nur Fadilah

NIM : 1522406051

Fakultas : Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan

Prodi : PIAUD


Judul : Pengaruh Status Gizi Terhadap Perkembangan Kognitif Anak
Usia Dini Di TK Diponegoro 06 Bantarsoka Kabupaten
Banyumas

sudah dapat diajukan kepada Dekan Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Institut Agama Islam Negeri Purwokerto untuk dimunaqosyahkan dalam rangka memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S. Pd).

Demikian atas perhatian bapak, saya mengucapkan terimakasih

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Dosen Pembimbing,



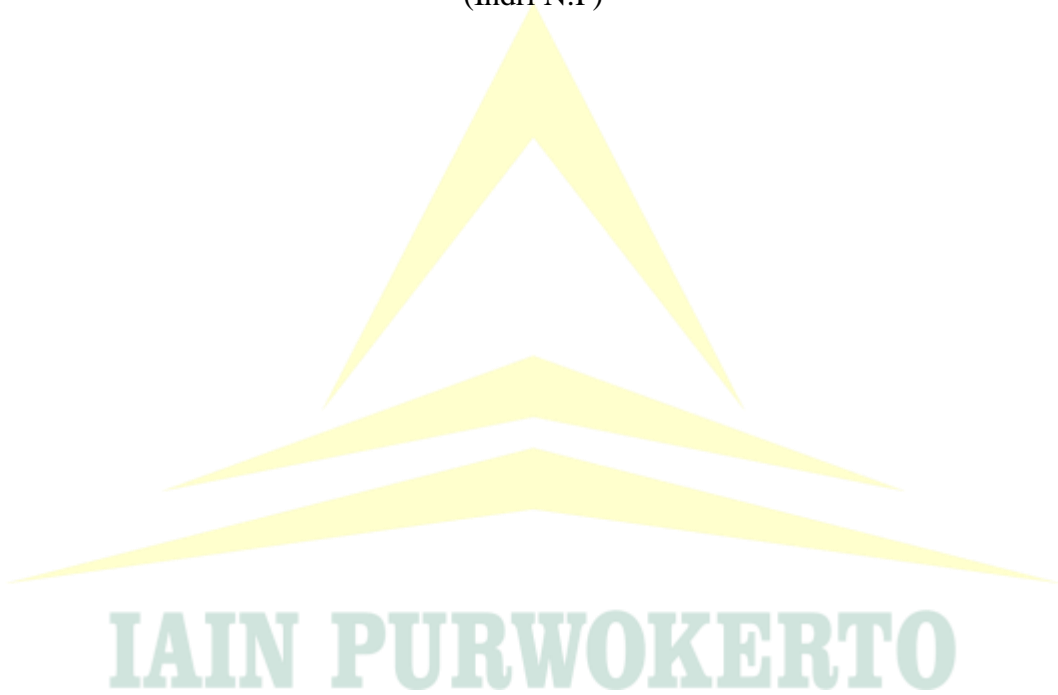
Dr. Maria Ulpah, S. Si, M.Si.
NIP. 19801115 200501 2 004

MOTTO

Bila kakimu masih bisa menopang tubuhmu dengan kuat maka lakukanlah
sesuatunya sendiri!

Jadilah orang yang mandiri dan tidak berpangku pada orang lain.

(Indri N.F)



**PENGARUH STATUS GIZI TERHADAP PERKEMBANGAN KOGNITIF
ANAK USIA DINI
DI TK DIPONEGORO 06 BANTARSOKA
KABUPATEN BANYUMAS**

Indri Nur Fadilah

Jurusan Pendidikan Islam Anak Usia Dini Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan
Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Purwokerto

ABSTRAK

Orang tua harus memenuhi segala kebutuhan anak agar anak dapat berkembang dan tumbuh dengan baik. Anak yang bergizi baik akan membuat anak menjadi lebih aktif dan tidak mudah sakit berbeda dengan anak yang memiliki gizi kurang ia akan cenderung pasif dan mudah terserang penyakit. Daya konsentrasi dan gerak anak juga dapat dipengaruhi oleh asupan gizi pada tubuh. Untuk itu tujuan peneliti adalah untuk mengetahui pengaruh status gizi terhadap perkembangan kognitif anak.

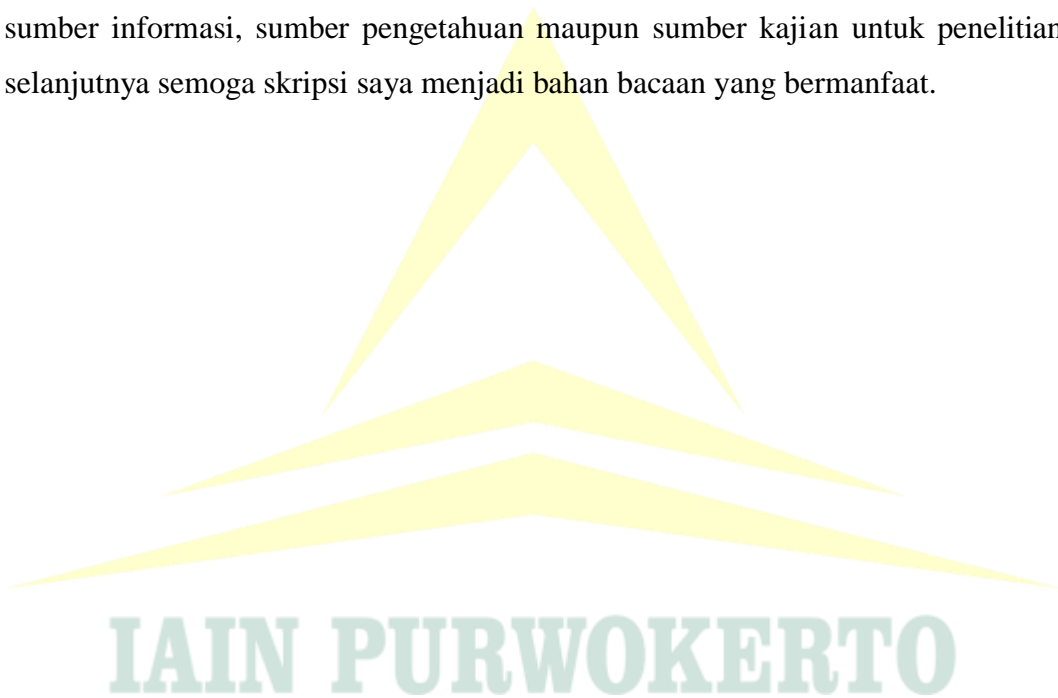
Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif. Populasi yang digunakan untuk penelitian ini merupakan peserta didik TK Diponegoro 06 Bantarsoka Kabupaten Banyumas. Peneliti menggunakan sampel jenuh mengambil semua populasi untuk dijadikan sampel penelitian. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan observasi, dokumentasi dan wawancara. Sedangkan untuk menganalisis data menggunakan regresi linier sederhana.

Berdasarkan hasil penelitian yang peneliti lakukan tentang pengaruh status gizi terhadap perkembangan kognitif anak usia dini yaitu adanya pengaruh status gizi terhadap perkembangan kognitif anak usia dini. Hasil dari data pengaruh status gizi terhadap perkembangan kognitif anak usia dini diperoleh sebesar 64,5% sedang 35,5% perkembangan kognitif anak usia dini dipengaruhi oleh faktor lain diluar yang diteliti.

Kata Kunci: Status Gizi dan Perkembangan Kognitif.

PERSEMBAHAN

Segala puji bagi Allah SWT yang telah memberikan kesehatan dan berkah pada peneliti. Serta terimakasih atas dukungan dan doa dari orang tua juga orang-orang yang telah sempat dengan ikhlas menyelipkan doa-doa kecil untukku. Pada akhirnya skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik walaupun penuh dengan hambatan-hambatan namun tetap dapat teratasi. Dengan rasa bahagia atas pencapaian ini saya mengucapkan rasa syukur dan saya persembahkan skripsi ini kepada orang-orang terkasih dan orang-orang yang membutuhkan untuk menjadi sumber informasi, sumber pengetahuan maupun sumber kajian untuk penelitian selanjutnya semoga skripsi saya menjadi bahan bacaan yang bermanfaat.



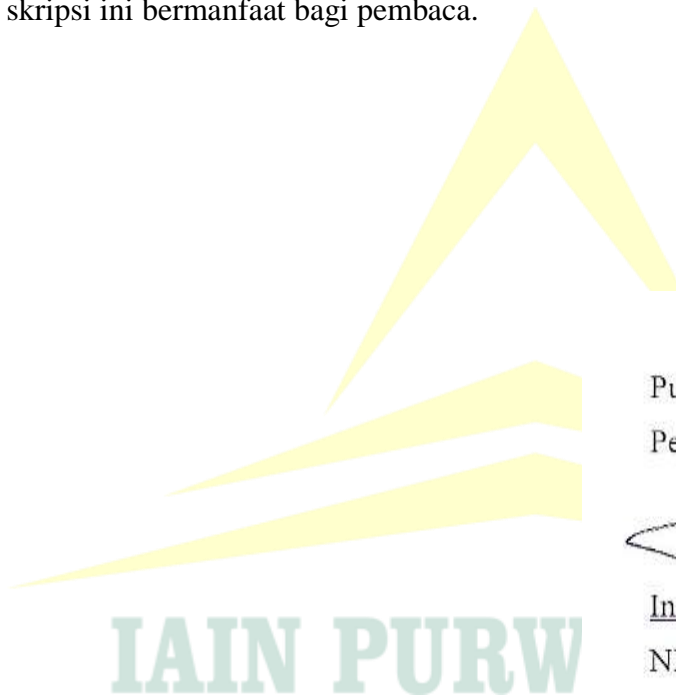
KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT, atas segala nikmat dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Status Gizi Terhadap Perkembangan Kognitif Anak Usia Dini di TK Diponegoro 06 Bantarsoka Kabupaten Banyumas”. Skripsi ini disusun untuk memenuhi sebagian persyaratan guna memperoleh gelar sarjana pendidikan. Penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bantuan berbagai pihak, teristimewa dosen pembimbing. Oleh sebab itu, pada kesempatan ini peneliti menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Dr. Moh. Roqib, M.Ag selaku Rektor IAIN Purwokerto.
2. Dr. H. Suwito, M.Ag selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan IAIN Purwokerto.
3. Dr. Suparjo, M.A selaku Wakil Dekan 1 Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan IAIN Purwokerto.
4. Dr. Subur, M.Ag selaku Wakil Dekan 2 Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan IAIN Purwokerto.
5. Dr. Sumiarti, M.Ag selaku Wakil Dekan 3 Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan IAIN Purwokerto.
6. Dr. Heru Kurniawan, S.Pd., M.A selaku Ketua Jurusan Pendidikan Anak Usia Dini IAIN Purwokerto.
7. Dr. Maria Ulpah, S.Si., M.Si selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah memberikan banyak bimbingan dan masukan-masukan yang sangat bermanfaat sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
8. Dr. Fauzi, M.Ag selaku Penasihat Akademik yang senantiasa memberikan bimbingan dan masukan yang membangun selama menuntut ilmu di Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan IAIN Purwokerto.
9. Keluarga besar TK Diponegoro 06 Bantarsoka Kabupaten Banyumas atas segala bantuan dan kerjasamanya.
10. Teman-teman seperjuangan khususnya Jurusan Pendidikan Islam Anak Usia Dini angkatan 2015.

11. Ibu dan Bapak. Terimakasih untuk kasih sayang, doa, dukungan, perjuangan dan bantuannya yang telah diberikan kepada saya
12. Risna, Hardika, Ayu, Retno, Mba Pipit dan Uus yang telah menemani dan menghibur saat-saat dimana kejenuhan melanda.
13. Semua pihak yang telah membantu dalam penelitian ini, yang tidak dapat disebutkan satu per satu.

Sekian peneliti sampaikan semoga Allah SWT membalas atas semua kebaikan dari pihak-pihak yang telah membantu dalam penyelesaian skripsi ini yang mungkin masih banyak yang peneliti belum sempat tulis. Peneliti berharap skripsi ini bermanfaat bagi pembaca.



Purwokerto, 19 September 2019

Peneliti,

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Indri Nur Fadilah', is written over a horizontal line.

Indri Nur Fadilah

NIM. 1522406051

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN KEASLIAN.....	ii
PENGESAHAN.....	iii
NOTA DINAS PEMBIMBING.....	iv
MOTTO	v
ABSTRAK	vi
PERSEMBAHAN.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR SINGKATAN	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Definisi Operasional.....	5
C. Rumusan Masalah.....	6
D. Tujuan dan Manfaat Penelitian	6
E. Sistematika Penelitian	7
BAB II LANDASAN TEORI	9
A. Kajian Pustaka.....	9
B. Kerangka Teori.....	10
1. Status Gizi	10
a. Pengertian Status Gizi	10
b. Metode Penilaian Status Gizi	11
c. Faktor yang Perlu Diperhatikan dalam Memilih Metode Penilaian Status Gizi	17
d. Pedoman Gizi Seimbang di Indonesia	20
e. Urgensi Makanan Bergizi	22
f. Nutrisi yang Dibutuhkan Oleh Otak	25

g.	Dampak yang Ditimbulkan Akibat Gizi yang Tidak Seimbang	26
h.	Tanda-tanda Gizi Baik Pada Anak Prasekolah	27
i.	Kebutuhan Gizi Seimbang Pada Anak	28
2.	Perkembangan Kognitif	29
a.	Pengertian Perkembangan Kognitif	29
b.	Tahap-tahap Perkembangan Kognitif	29
c.	Struktur Perkembangan Kognitif	32
d.	Menerapkan Teori Piaget untuk Pendidikan Anak	33
e.	Urgensi Perkembangan Kognitif.....	34
f.	Faktor Penghambat Perkembangan Anak Usia Dini.....	35
g.	Faktor-faktor yang Menunjang Perkembangan Kognitif	35
h.	Instrument Perkembangan Kognitif	36
C.	Kerangka Berpikir.....	39
D.	Hipotesis.....	40
BAB III	METODE PENELITIAN	41
A.	Jenis Penelitian.....	41
B.	Tempat dan Waktu	41
C.	Populasi dan Sampel	42
D.	Variabel dan Instrumen Penelitian	43
E.	Teknik Pengumpulan Data	47
1.	Wawancara.....	47
2.	Observasi.....	47
3.	Dokumentasi	48
F.	Instrumen Penelitian.....	48
G.	Metode Analisis Data.....	51
1.	Uji Validitas	51
2.	Analisis Uji Prasyarat.....	52
3.	Analisis Data	53
BAB IV	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	55
A.	Gambaran Umum TK Diponegoro 06 Bantarsoka.....	55
B.	Deskripsi Data.....	56

C. Analisis Uji Prasyarat.....	62
D. Pengujian Regresi Linier Sederhana	63
E. Pembahasan.....	66
BAB V PENUTUP.....	69
A. Kesimpulan	69
B. Saran.....	69
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN-LAMPIRAN	
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Contoh Instrumen Observasi.....	37
Tabel 2.2 Contoh Rubrik Penilaian Tentang Kemampuan Mengklasifikasi....	38
Tabel 3.1 Klasifikasi Status Gizi menurut Rekomendasi Lokakarya Antropometri dan Puslitbang Gizi.....	44
Tabel 3.2 Deskripsi Model Bermain Pengembangan Kognitif AUD	45
Tabel 3.3 Kategori Tingkat Perkembangan Kognitif.....	46
Tabel 3.4 Kegiatan Program Perkembangan Kognitif Anak Usia Dini	50
Tabel 4.1 Daftar Jumlah Peserta Didik	56
Tabel 4.2 Frekuensi Kategori Status Gizi	58
Tabel 4.3 Frekuensi Kategori Perkembangan Kognitif Anak Usia Dini	61
Tabel 4.4 Analisis Uji Normalitas.....	62
Tabel 4.5 Analisis Uji Linieritas	63
Tabel 4.6 Hasil Uji Regresi Linier Sederhana	64
Tabel 4.7 Hasil Uji Regresi Linier Sederhana	65



IAIN PURWOKERTO

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Tumpeng Gizi Seimbang

Gambar 4.1 Status Gizi Anak Usia Dini TK Diponegoro 06 Bantarsoka
Kabupaten Banyumas

Gambar 4.2 Perkembangan Kognitif Anak Usia Dini TK Diponegoro 06
Bantarsoka Kabupaten Banyumas



DAFTAR SINGKATAN

- CDC : *Center of Disease Control*
LILA : *Lingkar Lengan Atas*
RLPP : *Rasio Lingkar Pinggang dan Panggul*
WHR : *Waist to Hip Ratio*
ESLS : *Empat Sehat Lima Sempurna*
TGS : *Tumpeng Gizi Seimbang*
EPA : *Eikosapentaenoat*
DHA : *Dokosahexaenoat*
ARA : *Arachinoid acid*
TK : *Taman Kanak-kanak*
PAUD : *Pendidikan Anak Usia Dini*



IAIN PURWOKERTO

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Setiap manusia akan selalu mengalami perkembangan disepanjang hidupnya. Perkembangan tersebut tidak lepas dari pengaruh dari dalam yakni pengaruh dari diri sendiri maupun di pengaruhi dari luar yakni lingkungannya. Menurut Kartono Perkembangan yakni perubahan-perubahan psikofisis sebagai hasil proses pematangan fungsi-fungsi psikis dan fisik pada diri anak yang ditunjang oleh faktor lingkungan dan proses belajar pada waktu tertentu menuju kedewasaan.¹ Perkembangan yang sangat penting bagi manusia yakni perkembangan kognitif. Perkembangan kognitif merupakan perkembangan yang sangat vital dalam kehidupan dimana manusia dituntut untuk terus belajar dan menggunakan akal pikirannya untuk bertahan hidup dengan belajar dari lingkungannya.

Kognitif merupakan suatu proses berpikir yang digunakan untuk menjelaskan semua aktivitas mental yang berhubungan dengan persepsi, pikiran, ingatan dan pengolahan informasi yang memungkinkan seseorang memperoleh pengetahuan, memecahkan masalah dan merencanakan masa depan atau semua proses psikologis berhubungan dengan bagaimana individu mempelajari, memperhatikan, mengamati, membayangkan, memperkirakan, menilai dan memikirkan lingkungannya.²

Pada masa usia dini merupakan usia dimana perkembangan anak sedang mengalami proses yang pesat dimana segala informasi yang didapat akan diserap oleh otak anak dengan cepat. Aktivitas fisik yang semakin tinggi membuat anak semakin senang untuk mengeksplorasi lingkungannya. Aktivitas fisik pada anak usia dini merupakan bermain. Bermain merupakan cara mereka untuk mendapatkan segala pengetahuan yang belum pernah

¹ Noer Rohmah, *Psikologi Pendidikan*, (Yogyakarta: Kalimedia, 2012), hlm. 49

² Novan Ardy Wiyani, *Psikologi Perkembangan Anak Usia Dini Panduan bagi Orang Tua dan Pendidik PAUD dalam Memahami serta Mendidik Anak Usia Dini*, (Yogyakarta: GAVA MEDIA, 2014), hlm. 62.

mereka dapatkan sebelumnya. Lingkungan dapat dijadikan sebuah media atau alat anak untuk belajar. Maka dari itu membebaskan anak bermain sama dengan membiarkan anak untuk terus belajar dengan mandiri dalam mengembangkan daya pikirnya. Dengan mengeksplorasi lingkungan maka daya pikirnya akan berkembang sehingga wawasan dan pengetahuan anak akan bertambah.

Anak merupakan amanah yang perlu kita jaga sehingga sebagai orang tua kita harus senantiasa memperhatikan dan memenuhi segala kebutuhan anak. Orang tua harus menjadi pendamping dalam hidup seorang anak dalam meniti kehidupannya untuk mengembangkan segala potensi yang ada pada dirinya. Orang tua memiliki peran yang sangat penting dari segala hal terutama perkembangan kognitif anak. Perkembangan kognitif akan selalu berkembang namun pencapaian yang didapat oleh anak tergantung pada intensitas stimulasi atau dorongan yang diberikan. Banyak sekali faktor yang mendorong perkembangan kognitif anak yakni keturunan, keluarga, sekolah, lingkungan bermain dan lain sebagainya.

Perkembangan kognitif tidak terlepas dari perkembangan sel-sel syaraf otak. Sel-sel syaraf otak merupakan penghubung antara aktivitas panca indera terhadap otak. Apabila sel-sel syaraf otak tidak tumbuh dan berkembang dengan baik maka anak dapat mengalami hambatan dalam proses berpikir sehingga perkembangan kognitif akan melambat bahkan tidak dapat berkembang. Maka dapat dikatakan bahwa kualitas otak dapat menghasilkan perkembangan kognitif yang baik sehingga anak dapat tumbuh menjadi anak yang cerdas.

Menurut kemendiknas faktor kecerdasan anak yang tengah dalam proses pertumbuhan tidak lepas dari kualitas otak yang bersangkutan. Sementara kualitas otak dipengaruhi oleh beberapa faktor yakni *pertama*, terpenuhinya kebutuhan biologis anak. Pemenuhan biologis anak dimulai dari sejak dalam kandungan dengan pemberian makanan yang bergizi pada ibu hamil agar zat-zat gizi tersalurkan pada janin yang ada didalam perut. *Kedua*, terpenuhinya kasih sayang. Pada ibu yang sedang hamil harus dapat menerima keadaannya

dengan siap dan ikhlas atas kehadiran sang buah hati nantinya. Apabila seorang ibu belum siap maka akan berdampak pada pemberian kasih sayang yang tulus untuk buah hati yang sedang membutuhkan kasih sayang tulus dan dekapan seorang ibu. *Ketiga*, adanya perhatian penuh ibu hamil terhadap kandungan. Wujud perhatian sang ibu misalnya melalui sentuhan dan rangsangan secara sengaja terhadap bayi dalam kandungan dengan begitu akan mendekatkan orang tua dan bayi secara emosional.

Menurut Siti Fathimatus Zahroh jika status gizi anak balita tidak diperbaiki maka sel-sel otak tidak bisa berkembang dan sulit untuk dipulihkan. Maka dapat dipahami seberapa pentingnya asupan gizi bagi perkembangan anak. Asupan gizi melalui makanan sehat dan seimbang dapat menumbuhkan generasi yang aktif dan cerdas.³ Dari pendapat Siti Fatimus sama seperti salah satu faktor pendukung kecerdasan anak yakni terpenuhinya kebutuhan biologis anak. Kebutuhan biologis anak merupakan kebutuhan asupan makanan yang bergizi. Pemberian asupan makanan bergizi pada anak memiliki dampak yang sangat banyak diantaranya membantu pertumbuhan dan perkembangan anak, memberikan kesehatan pada tubuh, menjaga keseimbangan metabolisme tubuh dan juga mencerdaskan otak anak. Seperti kita ketahui kecerdasan merupakan bagian dari perkembangan kognitif.

Perkembangan kognitif yang baik akan memunculkan generasi yang aktif dan cerdas. Untuk mencetak generasi yang unggul tentunya harus dengan usaha yang keras. Cara untuk merealisasikannya yakni dengan cara pemenuhan kebutuhan anak guna menunjang proses perkembangan kognitif. Cara untuk menstimulus perkembangan kognitif dapat dilakukan dengan cara pemberian pendidikan atau pembelajaran untuk mendorong anak berpikir lebih aktif sehingga dapat melatih cara kerja otak dan daya pikir anak agar semakin berkembang. Selain dari pada itu tidak kalah penting yakni pemberian supan gizi menjadi faktor terpenting pada perkembangan kognitif anak. Anak yang cerdas cenderung aktif dan senang aktif bergerak maka dari

³Agus Wibowo, *Pendidikan Karakter Usia Dini (Strategi Membangun Karakter di Usia Emas)*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2013), hlm. 6-8.

itu peran asupan gizi sangat dibutuhkan untuk menyeimbangkan metabolisme tubuh akibat dari energi yang terpakai oleh anak. Akibat dari kekurangan asupan gizi anak akan cenderung lemah dan pasif sehingga anak mudah sakit dan kehilangan konsentrasi untuk belajar. Apabila tidak ditindak lanjuti semakin lama dibiarkan akan menjadi kasus yang sangat memprihatinkan seperti gizi buruk bahkan sampai menimbulkan penyakit dan kematian.

Peran penting asupan makanan bergizi bagi manusia tidak bisa dianggap sepele karena akan menimbulkan berbagai permasalahan, entah itu permasalahan kesehatan, daya tahan tubuh atau perkembangan dan pertumbuhannya. Dari sinilah orang tua harus memiliki kesadaran akan pentingnya pemberian asupan gizi yang baik dan seimbang bagi anak. Asupan gizi yang baik bukan merupakan makanan yang mahal namun makanan sederhanapun selagi cara memasak dan pemilihan bahan makanan yang tepat makanapun akan tetap bernilai gizi tinggi.

Untuk dapat melihat tingkat gizi pada anak dapat dilakukan dengan cara pengukuran status gizi. Status gizi dapat melihat tingkat keparahan permasalahan gizi pada anak untuk menjadi salah satu pertimbangan untuk menentukan prioritas masalah yang harus ditanggulangi.⁴

Keberhasilan pembangunan nasional suatu bangsa ditentukan oleh ketersediaan sumber daya manusia (SDM) berkualitas yaitu SDM yang memiliki fisik yang kuat, tangguh, mental yang kuat dan kesehatan yang prima disamping itu penguasaan terhadap ilmu pengetahuan juga diperlukan. Kekurangan gizi dapat merusak SDM. Masa kehamilan merupakan periode yang sangat menentukan kualitas SDM di masa depan karena tumbuh kembang anak sangat ditentukan oleh kondisinya saat masa janin dalam kandungan. Status gizi ditentukan juga pada kondisi kesehatan dan gizi pada anak usia dini.⁵ Sumber daya manusia yang baik dan unggul dapat meningkat apabila selaras antara perbaikan status gizi anak dengan stimulasi yang baik

⁴ Hardiansyah & I Dewa Nyoman, *Ilmu Gizi Teori & Aplikasi*, (Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC, 2017), hlm. 137.

⁵ Puguh Bodro Irawan dkk, *Official Statistics Sosial Kependudukan Dasar*, (Bogor: IN MEDIA, 2016), hlm. 58.

untuk perkembangan kognitif anak. Perkembangan otak manusia sangatlah penting sebab otak merupakan bagian yang terpenting dimana otak menjadi mesin utama penggerak segala kehidupan manusia. Apapun faktor yang mendorong perkembangan kognitif pada anak baik orang tua dan guru harus ikut andil dalam mengusakannya. Dapat dikatakan bahwa manusia tidak dapat terlepas dari asupan makanan yang merupakan kebutuhan primer yang tidak dapat dihindarkan dan pendidikan merupakan cara manusia untuk mengembangkan potensi untuk berkembang lebih baik menjadi manusia yang berkeadaban lebih maju.

Dari permasalahan diatas maka Peneliti mengangkat judul “Pengaruh Status Gizi dengan Perkembangan Kognitif Anak Usia Dini di TK Diponegoro 06 Bantarsoka Kabupaten Banyumas”. Untuk melihat seberapa besar pengaruh status gizi terhadap perkembangan kognitif anak usia dini.

B. Definisi Operasional

Definisi operasional digunakan untuk meminimalisir kesalah pahaman dalam memahami skripsi ini. Dengan adanya definisi operasional sedikit memberi gambaran pada pembaca tentang lingkup pembahasan. Penulis memberikan arti tentang beberapa hal yang berkaitan dengan istilah – istilah dalam skripsi ini, sebagai berikut :

1. Status gizi

Gizi berasal dari bahasa arab yakni “*gizha*” yang artinya makan yang menyehatkan. Dan istilah gizi atau *nutrition* dalam bahasa latin yakni “*nutr*” yang berarti “*to nature*” yaitu memberi makan dengan baik. Asupan gizi dapat berupa makan dari hewani maupun nabati.⁶ Status gizi merupakan keadaan yang diakibatkan oleh keseimbangan antara asupan zat gizi dari makanan dengan kebutuhan zat gizi yang diperlukan untuk metabolisme tubuh.⁷ Dalam penelitian ini status gizi menggunakan indeks antropometri berat badan menurut umur (BB/U).

⁶ Hardinsyah dan I Dewa Nyoman, *Ilmu Gizi Teori & Aplikasi...*, hlm. 3.

⁷ Titus Priyo dkk, *Penilaian Status Gizi*, (tk: Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2017), hlm.4.

2. Perkembangan Kognitif Anak Usia Dini

Perkembangan kognitif anak usia dini adalah perkembangan kecerdasan dan daya pikir pada pengetahuan anak.⁸ Menurut Gardner mengemukakan bahwa intelegensi sebagai kemampuan untuk memecahkan masalah atau menciptakan karya yang dihargai dalam suatu kebudayaan atau lebih.⁹ Dalam penelitian ini pengukuran perkembangan kognitif menggunakan tes yang disesuaikan dengan karakteristik usia anak yang berkisar 5-6 tahun.

C. Rumusan Masalah

Dari latar belakang masalah diatas maka peneliti menarik rumusan masalah untuk menjawab permasalahan yang ada dilapangan yaitu “Adakah Pengaruh Status Gizi terhadap Perkembangan Kognitif Anak Usia Dini di TK Diponegoro 06 Bantarsoka Kabupaten Banyumas”.

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan pengaruh status gizi terhadap perkembangan kognitif anak usia dini di TK Diponegoro 06 Bantarsoka Kabupaten Banyumas.

F. Manfaat Penelitian

Dari setiap tujuan peneliti ini diharapkan memiliki manfaat yang berguna sebagai berikut:

1. Secara teoritis

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi kontribusi yang cukup baik terhadap pengembangan ilmu pengetahuan khususnya dalam pemberian asupan gizi seimbang melihat dari status gizi anak untuk memenuhi kebutuhan perkembangan anak
- b. Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi sebuah kajian dalam perkembangan anak khususnya dalam aspek kognitif.

⁸ Miftahul Achyar Kertamuda, *Golden Age Strategi Sukses Membentuk Karakter Emas pada Anak Sejak Usia Dini*, (Jakarta: Kompas Gramedia, 2015), hlm. 48.

⁹ Ahmad Susanto, *Perkembangan Anak Usia Dini Pengantar dalam Berbagai Aspeknya*, (Jakarta: Prenada Media Group, 2012), hlm. 3

2. Secara praktis

- a. Hasil dari penelitian ini semoga dapat memberikan pengetahuan yang luas agar dapat menginspirasi pendidik untuk mengadakan program sekolah yang dapat menunjang tumbuh kembang anak melalui pemahaman tentang status gizi agar dapat ikutserta dalam perbaikan status gizi anak.
- b. Untuk membantu masyarakat terutama para orang tua untuk mengembangkan pengetahuannya agar memahami bahwa asupan gizi memiliki peran yang sangat penting dalam perkembangan kognitif anak
- c. Untuk memenuhi syarat-syarat memperoleh gelar strata satu (S1) pada fakultas Tarbiyah IAIN Purwokerto
- d. Untuk dijadikan referensi dan bahan bacaan untuk mahasiswa Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan IAIN Purwokerto khususnya bagi Jurusan Pendidikan Islam Anak Usia Dini.

G. Sistematika Pembahasan

Sistematika pembahasan ini merupakan kerangka skripsi secara umum yang dapat memberi petunjuk bagi pembaca untuk mempermudah memahami permasalahan yang akan dibahas dalam penelitian ini. Berikut ini peneliti akan menjabarkan sistematika pembahasan apa saja yang akan dibahas sebagai berikut:

BAB I yaitu Bab Pendahuluan, merupakan uraian tentang hal-hal yang mendasari yang diperlukannya penelitian yang meliputi: latar belakang masalah, definisi operasional, rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian dan sistematika pembahasan.

BAB II berisi tentang landasan teori penelitian yang dikemukakan yakni bab kajian pustaka, kerangka teori dan rumusan hipotesis. Sub bab dari kerangka teori yakni berisi tentang pengertian status gizi, metode penilaian status gizi, faktor yang perlu di perhatikan dalam memilih metode penilaian status gizi, pedoman gizi seimbang di Indonesia, urgensi makanan bergizi, nutrisi yang dibutuhkan oleh otak, dampak yang ditimbulkan akibat gizi yang tidak seimbang dan tanda-tanda gizi baik pada anak usia dini. Dan sub bab

dari perkembangan kognitif anak usia dini pengertian perkembangan kognitif anak, tahap-tahap perkembangan kognitif, struktur perkembangan kognitif, menerapkan teori Piaget untuk pendidikan anak, urgensi perkembangan kognitif, faktor-faktor penghambat perkembangan anak usia dini, faktor-faktor menunjang perkembangan kognitif dan instrumen perkembangan kognitif

BAB III berisi tentang metode penelitian yang digunakan peneliti dalam proses penelitian yang meliputi: jenis penelitian, objek dan subjek penelitian, metode pengumpulan data dan analisis data.

BAB IV berisi laporan hasil penelitian. Bagian pertama tentang gambaran umum TK Diponegoro 06 Purwokerto Timur yang meliputi letak geografis, sejarah berdiri, keadaan guru, karyawan, peserta didik, dan sarana prasarana, serta visi dan misi TK Diponegoro 06 Purwokerto dan bagian kedua yakni laporan hasil penelitian seperti hasil pengaruh status gizi terhadap perkembangan kognitif.

BAB V merupakan bab terakhir yang berisi tentang kesimpulan dan saran-saran. Kemudian, bagian yang paling akhir meliputi daftar pustaka, lampiran-lampiran, dan daftar riwayat hidup peneliti.

IAIN PURWOKERTO

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Kajian Pustaka

Kajian pustaka ini bertujuan untuk menemukan teori-teori yang relevan dengan masalah yang diteliti. Kajian pustaka dapat menjadi dasar penelitian dan pemikiran dalam penyusunan penelitian ini.

Penelitian Sri Harini Mardi Asih dkk tentang "Pengaruh Sarapan Pagi Terhadap Status Gizi Anak Usia Sekolah Di SDN Gisikdrono 01 Semarang" menunjukkan bahwa ada hubungannya antara sarapan pagi dengan status gizi. Dari hasil penelitiannya pada anak yang melewatkan sarapan akan kekurangan asupan makanan sehingga mengakibatkan kurangnya konsumsi energi dan mengakibatkan asupan gizi yang kurang. Anak yang melewatkan sarapan akan membeli jajanan untuk mengurangi rasa laparnya sehingga asupan gizinya kurang seimbang bahkan anak yang selalu melewatkan sarapan pagi tingkat terjadinya obesitas sangat tinggi.

Penelitian Ernawati tentang "Hubungan Status Gizi dengan Pertumbuhan dan Perkembangan Kognitif Anak Usia Prasekolah Di Desa Langkak Kecamatan Kuala Pesisir Kabupaten Nagan Raya" merupakan penelitian analitik yang menunjukkan bahwa persentase pertumbuhan dan perkembangan yang mempunyai status gizi kurang baik sebesar 62,0% dan yang baik adalah sebesar 37,5% dan hasil uji bivariat menunjukkan nilai p value=0,001 atau $p = <0,05$ artinya ada hubungan antara status gizi dengan pertumbuhan dan perkembangan kognitif anak usia prasekolah.

Penelitian Fithia Dyah dkk tentang "Hubungan antara status gizi dan faktor sosiodemografi dengan kemampuan kognitif anak sekolah dasar di daerah Endemis Gaki" merupakan penelitian analitik dengan rancangan *cross sectional* yang digunakan untuk menentukan hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat. Dalam penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara tinggi badan dengan nilai IQ anak. Anak malnutrisi memiliki rata-rata nilai IQ 22,6 poin lebih rendah dibandingkan anak berstatus baik.

B. Kerangka Teori

1. Status Gizi

a. Pengertian Status Gizi

Gizi berasal dari bahasa arab yakni “*gizha*” yang artinya makan yang menyehatkan. Dan istilah gizi atau *nutrition* dalam bahasa latin yakni “*nutr*” yang berarti “*to nature*” yaitu memberi makan dengan baik. Asupan gizi dapat berupa makan dari hewani maupun nabati.¹⁰

Status gizi merupakan keadaan yang diakibatkan oleh keseimbangan antara asupan zat gizi dari makanan dengan kebutuhan zat gizi yang diperlukan untuk metabolisme tubuh.¹¹

Dalam islam mengajarkan agar semua umatnya memakan makanan yang *halalan thayyiban*. *Halal* berarti sesuatu yang diperbolehkan dimakan menurut dasar hukum islam, sedangkan *thayyiban* berarti baik dan sesuai. Jadi dengan demikian ungkapan *halalan thayyiban* itu yakni sesuatu yang baik dan dianjurkan atau diperbolehkan untuk dimakan. Baik disini dapat diartikan pula sebagai sesuatu yang bergizi.

Adapun yang dimaksud dengan makanan bergizi yakni makanan yang halal dan mengandung zat gizi yang diperlukan oleh tubuh manusia seperti zat hidrat arang, protein, lemak dan mineral antara lain zat besi (Fe), vitamin dan air.¹² Santoso menjelaskan bahwa gizi merupakan faktor utama dalam perkembangan anak. Tanpa gizi yang adekuat anak akan gagal tumbuh dan berkembang secara memuaskan dan tubuhnya tidak dapat ditunjang secara efektif. Santoso menjelaskan bahwa zat gizi terdiri atas: karbohidrat, protein atau zat putih telur, lemak, vitamin dan mineral. Kelima zat gizi ini bila dikaitkan dengan fungsi zat gizi digolongkan atas:

¹⁰ Hardinsyah dkk, *Ilmu Gizi Teori & Aplikasi...*, hlm. 3.

¹¹ Titus priyo, Holil & Sugeng, *Penilaian Status Gizi...*, hlm.4.

¹² Samsul Munir Amin, *Menyiapkan Masa Depan Anak Secara Islami*, (Jakarta: AMZAH, 2007), hlm. 64

- 1) zat gizi penghasil energi terdiri dari karbohidrat, lemak dan protein.
- 2) zat gizi pembangun sel terdiri dari protein.
- 3) zat gizi terdiri dari vitamin dan mineral.¹³

b. Metode Penilaian Antropometri Status Gizi

Metode penilaian status gizi merupakan cara untuk menilai keadaan gizi pada seseorang. Maka dari itu untuk dapat mengetahui keadaan gizi pada seseorang dapat dilihat dari status gizinya. Metode penilaian status gizi menggunakan metode antropometri. Antropometri berasal dari kata *anthropo* yang berarti manusia, dan *metri* adalah ukuran. Metode antropometri dapat diartikan sebagai mengukur fisik dan bagian tubuh manusia. Jadi antropometri adalah metode penilaian status gizi dengan menggunakan pengukuran melalui ukuran fisik dan bagian tubuh manusia untuk menentukan status gizi pada seseorang. Konsep dasar antropometri yakni konsep dasar pertumbuhan. Pertumbuhan adalah terjadinya perubahan sel-sel tubuh, terdapat dua bentuk yaitu bertambahnya jumlah sel dan atau terjadinya pembelahan sel, secara akumulasi menyebabkan terjadinya perubahan ukuran tubuh.¹⁴ Agar pertumbuhan seorang anak dapat berkembang dengan pesat yakni dengan memenuhi asupan gizi yang seimbang antara kebutuhan gizi dengan asupan gizinya.

Gizi yang tidak seimbang dapat mengakibatkan terjadinya gangguan pertumbuhan. Kekurangan gizi dapat menghambat pertumbuhan anak. Oleh karena itu antropometri dapat dijadikan salah satu metode penilaian terhadap status gizi pada anak dengan cara mengukur pertumbuhan dari pada ukuran fisik dan bentuk tubuhnya. Parameter yang digunakan untuk pengukuran dengan metode antropometri yang sering digunakan untuk menentukan status gizi misalnya berat badan, tinggi badan, ukuran lingkar kepala, ukuran

¹³ Nadia Utari, Skripsi: *Hubungan Antara Status Gizi dengan Pertumbuhan dan Perkembangan Kognitif Anak Usia Pra Sekolah di Desa Leung Keube*, (Aceh Barat: Universitas Teuku Umar Meulaboh, 2013), hlm. 9.

¹⁴ Titus Priyo Harjatmo, *Penilaian Status Gizi...*, hlm. 45

lingkar dada, ukuran lingkar lengan atas dan lain-lain. Hasil ukuran antropometri tersebut kemudian dirujuk pada standar atau rujukan pertumbuhan manusia.

1) Berat badan

Berat badan menggambarkan jumlah protein, lemak, air dan mineral yang terdapat dalam tubuh. Berat badan merupakan komposit pengukuran ukuran total tubuh. Beberapa alasan mengapa berat badan digunakan sebagai parameter antropometri. Alasan tersebut diantaranya adalah perubahan berat badan mudah terlihat dalam waktu singkat dan menggambarkan status gizi saat ini. Pengukuran berat badan mudah dilakukan dan alat ukur untuk menimbang berat badan mudah untuk diperoleh.

Pengukuran berat badan memerlukan alat yang hasil ukurnya akurat. Untuk mendapatkan ukuran berat badan yang akurat, terdapat beberapa persyaratan alat ukur berat diantaranya adalah alat ukur harus mudah digunakan dan dibawa, mudah mendapatkannya, harga alat relatif murah dan terjangkau, ketelitian alat ukur sebaiknya 0,1 kg (terutama alat yang digunakan serta alat selalu dikalibrasi).

Beberapa jenis alat timbang yang biasa digunakan untuk mengukur berat badan adalah dacin untuk menimbang berat badan balita, timbangan *detecto scale* (timbangan kamar mandi), timbangan injak digital dan timbangan berat badan lainnya.

2) Tinggi badan atau panjang badan

Tinggi badan atau panjang badan menggambarkan ukuran pertumbuhan masa tulang yang terjadi akibat dari asupan gizi. Oleh karena itu tinggi badan digunakan sebagai parameter antropometri untuk menggambarkan pertumbuhan linier. Pertambahan tinggi badan atau panjang badan terjadi dalam waktu yang lama sehingga sering disebut akibat masalah gizi kronis.

Istilah tinggi badan digunakan untuk anak yang diukur dengan cara berdiri, sedangkan panjang badan jika anak diukur dengan berbaring (belum bisa berdiri). Anak berumur 0-2 tahun diukur dengan ukuran panjang badan, sedangkan anak yang berumur lebih dari 2 tahun dengan menggunakan microtoise. Alat ukur yang digunakan untuk mengukur tinggi badan atau panjang badan yang mempunyai ketelitian 0,1 cm.

Tinggi badan dapat diukur dengan menggunakan microtoise. Kelebihan alat ukur tersebut yaitu memiliki ketelitian 0.1 cm, mudah digunakan, tidak memerlukan tempat yang khusus dan memiliki harga yang relatif terjangkau. Kelemahannya adalah setiap kali akan melakukan pengukuran harus dipasang pada dinding terlebih dahulu. Sedangkan panjang badan diukur dengan infantometer (alat ukur panjang badan).

3) Lingkar kepala

Lingkar kepala dapat digunakan sebagai pengukuran ukuran pertumbuhan lingkar kepala dan pertumbuhan otak, walaupun tidak sepenuhnya berkorelasi dengan volume otak. Pengukuran lingkar kepala merupakan prediktor terbaik dalam melihat perkembangan syaraf anak dan pertumbuhan global otak dan struktur internal.

Menurut rujukan CDC 2000 bayi laki-laki yang baru lahir ukuran ideal lingkar kepalanya adalah 36 cm, dan pada usia tiga bulan menjadi 41 cm. Sedangkan pada bayi perempuan ukuran ideal lingkar kepalanya adalah 35 cm, dan akan bertambah menjadi 40 cm pada usia 3 bulan. Pada usia 4-6 bulan akan bertambah 1 cm/bulan dan pada usia 6-12 bulan pertambahan 0,5 cm/bulan.

Cara mengukur lingkar kepala dilakukan dengan melingkarkan pita pengukur melalui bagian paling menonjol bagian kepala belakang (*protuberantia occipitalis*) dan dahi (*glabella*). Saat pengukuran sisi pita yang menunjukkan sentimeter berada disisi dalam agar tidak meningkatkan kemungkinan

subjektivitas pengukur. kemudian cocokkan terhadap standar pertumbuhan lingkaran kepala.

4) Lingkaran Lengan Atas (LILA)

Lingkaran lengan atas (LILA) merupakan gambaran keadaan jaringan otot dan lapisan lemak bawah kulit. LILA mencerminkan tumbuh kembang jaringan lemak dan otot yang tidak berpengaruh oleh cairan tubuh.

Cara ukur pita LILA untuk mengukur lingkaran lengan atas dilakukan pada lengan kiri atau lengan yang tidak aktif. Pengukuran LILA digunakan pada pertengahan antara pangkal lengan atas dan ujung siku dalam ukuran centimeter (cm). Kelebihannya mudah dilakukan dan waktunya cepat, alat sederhana, murah dan mudah dibawa.

5) Panjang Depa

Panjang depa merupakan ukuran untuk memprediksi tinggi badan bagi orang yang tidak bisa berdiri tegak, misal karena bungkuk atau ada kelainan tulang pada kaki. Panjang pada depa relatif stabil sekalipun pada orang yang usia lanjut. Panjang depa direkomendasikan sebagai parameter prediksi tinggi badan, tetapi tidak seluruh populasi memiliki hubungan 1:1 antara panjang depa dengan tinggibadan. Pengukuran panjang depa juga relatif mudah dilakukan, alat yang murah, prosedur pengukuran juga mudah sehingga dapat dilakukan dilapangan.

6) Tinggi Lutut

Ukuran tinggi lutut berkorelasi dengan tinggi badan. pengukuran tinggi lutut bertujuan untuk mengestimasi tinggi badan klien yang tidak dapat berdiri dengan tegak, misalnya karena kelainan tulang belakang atau tidak dapat berdiri. pengukuran tinggi lutut dilakukan pada klien yang sudah dewasa.

7) Tinggi Duduk

Tinggi duduk dapat digunakan untuk memprediksi tinggi badan, terutama pada orang yang sudah lanjut usia. Tinggi duduk dipengaruhi oleh potongan tulang rawan antar tulang belakang yang mengalami kemunduran, juga tulang-tulang panjang pada tulang belakang mengalami perubahan seiring dengan bertambahnya usia.

Mengukur tinggi duduk dapat dilakukan menggunakan microtoise, dengan dibantu bangku duduk khusus. Orang yang mau diukur tinggi duduknya, duduk pada bangku kemudian dengan menggunakan microtoise dapat diketahui tinggi duduk orang tersebut.

8) Rasio Lingkar Pinggang dan Panggul

Lingkar pinggang menunjukkan simpanan lemak. Terdapat kandungan lemak disekitar perut menunjukkan adanya perubahan metabolisme dalam tubuh. Perubahan metabolisme tersebut dapat berupa terjadinya penurunan efektivitas insulin karena beban kerja yang terlalu berat. Peningkatan jumlah lemak disekitar perut juga dapat menunjukkan terjadinya peningkatan produksi asam lemak yang bersifat radikal bebas.

Tingginya kandungan lemak disekitar perut dapat menyebabkan risiko kegemukan. Ukuran lingkar pinggang akan mudah berubah tergantung banyaknya kandungan lemak yang ada dalam tubuh. Sebaliknya, ukuran panggul pada orang sehat relatif stabil. Ukuran panggul seseorang berusia 40 tahun akan sama dengan ukuran panggul orang tersebut ketika berusia 22 tahun. Oleh sebab itu rasio lingkar pinggang dan panggul (RLPP) atau *waist to hip ratio* (WHR) dapat menggambarkan kegemukan.

Pada waktu melakukan pengukuran lingkar pinggang dan panggul sebaiknya klien menggunakan pakaian seminimal mungkin atau bahkan ditanggalkan agar pengukuran lebih akurat, sebaiknya

juga posisi tubuh klien saat diukur harus berdiri tegap dengan santai pada kedua kaki dan berat badan terdistribusi normal, kedua tangan disamping, kedua kaki rapat serta klien sebaiknya dalam keadaan berpuasa.¹⁵

Berikut penjelasan dari beberapa contoh ukuran tubuh manusia yang dapat dijadikan sebagai parameter antropometri yang sering digunakan untuk menentukan status gizi. Kita dapat memilih contoh ukuran tubuh manusia untuk diukur sesuai dengan ketepatan dan keperluan pengukuran. Banyaknya keterbatasan pada alat atau pada keadaan manusia maka dapat memberikan alternatif pengukuran pada tubuh manusia. Adapun Syarat penggunaan antropometri yang mendasari penggunaan antropometri sebagai metode penilaian status gizi berikut adalah:

- 1) Alat yang digunakan mudah didapat dan digunakan seperti dacin, pita lingkar lengan atas, microtoa dan alat pengukur bayi yang dapat dibuat sendiri dirumah.
- 2) Pengukuran dapat dilakukan berulang kali dengan mudah dan objektif.
- 3) Pengukuran tidak harus oleh tenaga profesional namun dapat dilakukan oleh tenaga lain yang sudah dilatih.
- 4) Biaya yang dikeluarkan relatif murah.
- 5) Hasilnya sangat mudah disimpulkan karena memiliki ambang batas dan baku rujukan yang sudah pasti.
- 6) Secara ilmiah diakui kebenarannya.¹⁶

Dalam penggunaan metode antropometri ada beberapa kelebihan dan kekurangan. Berikut uraian dari kelebihan antropometri yakni:

- 1) Prosedur pengukuran antropometri cukup sederhana dan aman digunakan.

¹⁵ Titus Priyo Harjatmo, *Penilaian Status Gizi...*, hlm. 47-51

¹⁶ I Dewa Nyoman dkk, *Penilaian Status Gizi*, (Jakarta: EGC, 2016), hlm. 41

- 2) Dalam melakukan pengukuran dengan metode antropometri relatif tidak membutuhkan tenaga ahli, cukup dengan pelatihan sederhana untuk pengukuran.
- 3) Alat ukur antropometri cukup murah dan mudah dijangkau, mudah dibawa dan tahan lama.
- 4) Ukuran antropometri hasilnya tepat dan akurat.
- 5) Hasil ukuran antropometri dapat mendeteksi riwayat asupan gizi yang telah lalu.
- 6) Hasil antropometri dapat mengidentifikasi status gizi baik, sedang, kurang dan buruk.
- 7) Ukuran antropometri dapat digunakan untuk skrining (penapisan) sehingga dapat mendeteksi siapa yang mempunyai resiko gizi kurang dan buruk.

Metode antropometri juga memiliki beberapa kekurangan yakni:

- 1) Hasil ukuran antropometri tidak sensitif karena tidak dapat membedakan kekurangan zat gizi tertentu terutama zat gizi mikro.
- 2) Faktor-faktor diluar gizi dapat menurunkan spesifikasi dan sensitivitas ukuran.
- 3) Kesalahan waktu pengukuran dapat mempengaruhi hasil. Kesalahan dapat terjadi karena prosedur yang tidak tepat, perubahan hasil ukur maupun analisis yang keliru. Sumber kesalahan dapat terjadi karena pengukur, alat ukur dan kesulitan mengukur.¹⁷

c. Faktor yang Perlu Dipertimbangkan dalam Memilih Metode Penilaian Status Gizi

Setiap metode penilaian status gizi memiliki kelebihan dan kekurangan masing-masing. Dengan menyadari akan hal tersebut maka untuk menentukan diagnosis sesuatu tentunya menggunakan beberapa jenis metode disesuaikan dengan tujuan dan keadaan. Beberapa faktor

¹⁷ I Dewa Nyoman dkk, *Penilaian Status Gizi...*, hlm. 42-43.

yang harus dipertimbangkan saat memilih dan menggunakan metode penilaian status gizi ialah:

1) Tujuan

Tujuan pengukuran sangat penting untuk diperhatikan dalam memilih metode, apabila tujuannya yakni melihat fisik seseorang maka metode yang digunakan adalah antropometri. Apabila tujuannya ingin mengetahui status zat yang ada dalam tubuh seperti misalnya vitamin dan mineral dalam tubuh maka sebaiknya menggunakan metode biokimia. Karena metode biokimia akan lebih memberikan gambaran jelas terhadap kandungan zat yang ada dalam tubuh. Tentunya metode biokimia ini harus dilakukan oleh tenaga ahli dan peralatan yang cukup lengkap.

2) Unit sampel yang akan diukur

Berbagai unit sampel yang diukur sangat mempengaruhi penggunaan metode penilaian status gizi. Apabila unit sampel yang akan diteliti merupakan kelompok masyarakat maka sebaiknya menggunakan metode antropometri sebab metode ini murah, praktis dan dapat dipertanggungjawabkan. Metode antropometri dapat dilakukan dalam jumlah besar dan bisa dilakukan oleh siapapun tentunya dengan pelatihan terlebih dahulu.

3) Jenis informasi yang dibutuhkan

Pemilihan metode penilaian status gizi sangat dipengaruhi oleh jenis informasi yang diberikan. Setiap metode penilaian status gizi memiliki fungsinya masing-masing maka informasi yang diberikan harus jelas agar penentuan metode penilaian status gizi dapat ditentukan. Apabila ingin mengetahui informasi tentang asupan makanan maka metode yang digunakan adalah survei konsumsi. Apabila informasi yang ingin digali tentang situasi sosial ekonomi sebaiknya menggunakan pengukuran faktor ekologi.

4) Tingkat reliabilitas dan akurasi yang dibutuhkan

Tingkat reliabilitas dan akurasi setiap metode penilaian status gizi berbeda-beda. Contohnya pada metode biokimia, karena metode tersebut membutuhkan biaya, tenaga ahli dan sarana yang lengkap maka tingkat reliabilitas dan akurasinya tinggi maka dari itu metode tersebut sangat dianjurkan untuk digunakan untuk penilaian status gizi.

5) Tersedianya fasilitas dan peralatan

Fasilitas dan peralatan yang dibutuhkan dalam penilaian status gizi ada yang mudah didapat dan adapulayang sangat sulit didapat. Pada umumnya, fasilitas dan peralatan yang digunakan pada metode penilaian status gizi antropometri relatif terjangkau dan mudah didapat dibanding dengan metode yang lainnya seperti metode biokimia.

6) Tenaga

Penggunaan metode penilaian status gizi dipengaruhi oleh ketersediaan tenaga baik jumlah maupun mutunya. Jenis tenaga yang digunakan dalam pengumpulan data penilaian status gizi antara lain: ahli gizi, dokter, ahli kimia dan tenaga lain. Penilaian biokimia memerlukan tenaga ahli karena menyangkut jenis bahan dan reakhis kimia yang harus dikuasai. Begitupun dengan penilaian klinis membutuhkan tenaga medis yang ahli seperti dokter, selain itu tidak dapat diandalkan karena penilaian medis harus dengan tenaga yang ahli dan berpengalaman. Berbeda dengan penilaian antropometri tidak memerlukan tenaga ahli hanya perlu dilatih beberapa hari sudah bisa menjalankan penilaian antropometri.

7) Waktu

Waktu yang tersedia dalam pengukuran status gizi ada berbagai macam bisa mingguan, bulanan maupun tahunan. Waktu juga dapat mempengaruhi pemilihan metode pengukuran status gizi yang akan digunakan. Apabila waktu yang relatif singkat

sedangkan sasaran pengukuran status gizi adalah masyarakat yang merupakan orang banyak maka lebih baik menggunakan metode antropometri. Karena antropometri relatif mudah dan pengerjaannya cukup cepat untuk dapat mengukur status gizi.

8) Dana

Dana juga termasuk ke dalam pertimbangan pemilihan metode status gizi, sebab masing-masing metode memiliki kelebihan dan kekurangan masing-masing dan dari segi pengeluaran dananya pun berbeda. Seperti metode biokimia yang membutuhkan dana yang besar karena ditunjang oleh peralatan yang mahal dan sulit juga membuthkan tenaga ahli. Maka pendanaan untuk mengukur status gizi harus diperhatikan.¹⁸

d. Pedoman Gizi Seimbang di Indonesia

Pedoman gizi di Indonesia mulanya yakni "Empat Sehat Lima Sempurna"(ESLS). ESLS dicetuskan pada tahun 1952 yang dimotori oleh Prof. Poorwo Soedarmodi. ESLS disempurnakan menjadi gizi seimbang pada tahun 2014, tepatnya ditahun itu adalah penyempurnaan yang ke dua penyempurnaan yang pertama dilakukan pada tahun 1995.

Gizi seimbang adalah makanan sehat untuk pemenuhan kebutuhan gizi sehari-hari sesuai dengan jenis dan jumlah yang dibutuhkan oleh tubuh dengan memperhatikan kenaeakaragaman makanan, aktivitas fisik, kebersihan dan berat badan ideal. Pedoman gizi seimbang ini di visualisasikan dengan tumpeng karena bentuknya yang mengerucut dan disesuaikan dengan kebudayaan Indonesia maka jadilah tumpeng gizi seimbang (TGS). TGS tersebut terdiri dari:

- 1) 1 potongan besar: golongan makanan karbohidrat.
- 2) potongan sedang dan 2 potongan kecil yang merupakan golongan sayuran dan buah.

¹⁸ Ayu Putri Ariani, *Ilmu Gizi: Dilengkapi Dengan Standar Penilaian Status Gizi Dan Daftar Komposisi Bahan Makanan*, (Yogyakarta: Nuha Medika, 2017), hlm. 23-26.

- 3) 2 potongan kecil di atasnya yang merupakan golongan protein hewani dan nabati.
- 4) 1 potongan terkecil dipuncak yaitu gula, garam dan minyak yang dikonsumsi seperlunya.
- 5) Potongan TGS juga dilapisi dengan air putih yang idealnya dikonsumsi 2 liter atau 8 gelas sehari.
- 6) Luasnya potongan TGS ini menunjukkan porsi makanan setiap orang perhari. Karbohidrat 3-8 porsi, sayuran 3-5 porsi, buah 2-3 porsi serta protein hewani dan nabati 2-3 porsi.
- 7) Konsumsi ini dibagi untuk makan pagi, siang dan malam. Kombinasi makanan per harinya perlu dilakukan.
- 8) Dibagian bawah TGS terdapat prinsip gizi seimbang yang lain yakni: pola hidup aktif dengan berolah raga, menjaga kebersihan dan pantau berat badan.¹⁹

Gambar 2.1
Tumpeng Gizi Seimbang



¹⁹ Rizqie Auliana, *Gizi Seimbang dan Makanan Sehat Anak Usia Dini*, Disampaikan pada pertemuan Parenting Class di Islamic Baby School Playgroup and Child Care “Rumah Ibu”, 19 Februari 2019, hlm. 4.

e. Urgensi Makanan Bergizi

Banyak faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan tingkat kecerdasan dan kemampuan bernalar seseorang salah satunya yakni faktor nutrisi atau makanan bergizi. Makanan bergizi memiliki peran penting bagi pertumbuhan sel dan perkembangan fungsi otak. Asupan gizi harus terpenuhi dengan baik untuk kebutuhan pertumbuhan dan perkembangan sel-sel otak agar sistem kerja sel menjadi normal dan berkembang dengan baik sehingga dapat membentuk anak yang cerdas.

Kecerdasan merupakan hal penting yang perlu dimiliki oleh manusia untuk dapat menjalani kehidupan dengan baik. Kecerdasan menjadi modal utama dan tolak ukur perkembangan manusia. Kecerdasan tidak serta merta didapat dengan mudah melainkan ada proses yang harus dilalui terlebih dahulu dengan cara yang terus menerus. Usaha untuk memperbaiki dan membentuk suatu perkembangan kecerdasan yakni dengan pengetahuan gizi.

Pengetahuan gizi tersebut dapat menjadi pokok untuk panduan hidup sehat agar dapat memilih makanan yang baik dan dapat disesuaikan dengan kebutuhan tubuh. Dengan demikian apabila pengetahuan tentang gizi ini dapat dipelajari secara luas oleh masyarakat dan diterapkan dalam kehidupan sehari-hari maka akan berpotensi menghasilkan generasi-generasi yang memiliki daya pikir dan daya nalar yang tinggi. Secara tidak langsung pengetahuan tentang gizi memberikan kontribusi yang cukup besar bagi perkembangan sumber daya manusia.

Perkembangan kecerdasan atau kognitif anak didorong oleh asupan gizi dari makanan yang sehat. Berikut jenis makanan yang dapat menunjang kecerdasan otak yakni:

1) Ikan

Ikan adalah salah satu jenis makanan yang memiliki banyak sekali manfaat untuk tubuh termasuk perkembangan otak untuk

menunjang kecerdasan anak. Berikut kandungan zat gizi yang terdapat pada ikan yakni protein, lemak, vitamin dan mineral.

Protein yang terdapat pada ikan sangatlah tinggi yang mengandung asam amino maka sangat dianjurkan sekali untuk dikonsumsi oleh anak-anak yang sedang berada pada masa pertumbuhan sebab terdapat berbagai asam amino yang terkandung pada protein salah satunya taurin yang sangat bermanfaat dalam merangsang pertumbuhan sel otak pada anak. Lemak pada ikan sifatnya tidak jenuh yang bermanfaat untuk kesehatan dan menjaga kestabilan kolesterol.

Asam lemak omega 3 dengan eikosapentaenoat (EPA) dan asam dokosaheksaenoat (DHA) keduanya bermanfaat dalam menurunkan kolesterol dan meningkatkan pertumbuhan sel-sel otak anak. Pada ikan terdapat banyak mengandung vitamin antara lain vitamin A, D, B6 dan B12. Kandungan mineral pada ikan terdiri dari zat besi, iodium, selenium, seng dan flour.

2) Telur

Mengonsumsi telur sangat baik untuk menunjang kecerdasan. Terdapat kandungan kolin pada telur yang dapat merangsang daya pikir dan meningkatkan ketajaman otak anak. Kandungan omega 3 yang bermanfaat untuk menajamkan pendengaran, kesehatan jantung dan melancarkan fungsi otak. Kandungan zat gizi lainnya yakni vitamin A, B12, besi, mineral, fosfor seng dan DHA yang bermanfaat untuk kesehatan otak.

3) Selai kacang

Selai kacang merupakan olahan kacang yang dapat dikonsumsi dengan roti, kue atau yang lainnya. Selai kacang mengandung vitamin E yang dapat mencegah hilang ingatan dan jika banyak mengonsumsi selai kacang dapat membuat otak tetap berfungsi meskipun sudah lanjut usia. Persajian pada selai kacang mengandung 3mg vitamin E sebagai antioksidan, 49 mg kalsium

pembangun tulang, 208 potasium, 0.17 mg vitamin B6 yang dapat meningkatkan daya tahan tubuh.

4) Sayuran Berwarna

Sayuran sudah sangat dikenal sebagai bahan makanan yang menyehatkan. Banyak sekali zat gizi yang terkandung dalam sayuran berwarna terutama dalam membantu menyehatkan tubuh dan meningkatkan kecerdasan otak. Berikut jenis sayuran yang dapat bermanfaat untuk menunjang kecerdasan otak antara lain bayam, ubi jalar, wortel, terong, tomat, brokoli, kubis merah dan bawang putih.

5) Oat/oatmeal

Oatmeal merupakan makanan sereal yang biasa dikonsumsi pada pagi hari untuk sarapan. Makanan sereal ini mengandung vitamin E dan V, seng dan potasium yang dapat meningkatkan kapasitas kerja otak yang maksimal.

6) Buah Berry

Buah berry merupakan bentuk buah-buahan yang berbentuk kecil yang terdiri dari stroberi, ceri, *blueberry* dan *blackberry*. Buah berry ini memiliki banyak manfaat diantaranya yakni mencegah kepikunan maupun hilang ingatan, menghilangkan lelah, mencegah kanker, diabetes, antiinflamasi, mengencangkan kulit, menjaga kesehatan dan fungsi otak seiring bertambahnya usia.

7) Kacang Hijau

Kacang hijau banyak mengandung zat gizi diantaranya protein, fosfor, mineral, kalsium, dan vitamin B1 dan B. Protein yang terkandung dapat meningkatkan kesehatan tubuh hingga meningkatkan kecerdasan dan kinerja otak. Selain itu juga kacang hijau dapat bermanfaat untuk memperkuat tulang dan menyehatkan jantung.

8) Susu

Susu merupakan minuman yang sangat menyehatkan terutama bagi perkembangan dan kecerdasan otak. Susu memiliki banyak kandungan nutrisi yang cukup lengkap dan baik untuk memenuhi kebutuhan didalam tubuh. Kandungan-kandungan yang terdapat pada susu antara lain vitamin B12, kalsium, karbohidrat, magnesium, fosfor, kalium, protein, riboflavin dan seng/zinc.

- a) Vitamin B12 untuk membantu pembentukan sel darah merah.
- b) Kalsium untuk menguatkan tulang.
- c) Karbohidrat untuk mengoptimalkan tenaga.
- d) Magnesium untuk pembentukan otot.
- e) Fosfor untuk menyimpan dan mengeluarkan energi.
- f) Kalium untuk sistem syaraf yang baik.
- g) Protein untuk pertumbuhan dan proses penyembuhan.
- h) Riboflavin untuk kesehatan kulit.
- i) Seng/zinc untuk meningkatkan sistem kekebalan tubuh

Berikut manfaat dari setiap kandungan nutrisi yang terdapat pada susu. Susu sudah memiliki banyak kandungan yang lengkap bagi tubuh maka dari itu minuman ini sangat di anjurkan sekali dikonsumsi diberbagai kalangan usia baik bayi hingga lanjut usia.²⁰

f. Nutrisi yang Dibutuhkan Oleh Otak

Perkembangan otak pada anak usia dini sangatlah pesat maka dari itu nutrisi sangat dibutuhkan untuk perkembangan otak. Nutrisi yang dibutuhkan tidak baik jika terlalu berlebihan dan kekurangan nutrisi pun bukanlah hal yang baik. Agar otak anak berkembang dengan maksimal maka penuhilah nutrisi dengan cukup.

Makanan sehat merupakan suatu hal yang wajib terpenuhi untuk kelangsungan hidup, pertumbuhan dan perkembangan anak terutama otak. Berikut nutrisi-nutrisi yang penting bagi otak:

²⁰ Emma sovia, *Buat Anak Anda Jago Eksakta Rahasia Membuka Kecerdasan Eksakta Sejak Dini*, (Yogyakarta: Diva Press, 2015), hlm.180-196.

1) Lemak pembangun otak

DHA dan ARA(asam lemak) adalah salah satu nutrisi penting untuk asupan otak dan mata.

2) Karbohidrat

Kebutuhan tubuh dan otak salah satunya yakni karbohidrat. Dalam makanan yang termasuk dalam karbohidrat terdapat kandungan glukosa yang dapat menjadi bahan bakar otak dan berpengaruh pada otak untuk memproses dan mengolah informasi dan mengingat.

3) Senyawa asam amino

Kadar ini membantu dalam pembentukan neurotransmitter yang berperan terhadap pengolahan informasi di dalam otak

4) Antioksidan

Antioksidan diperlukan untuk melindungi otak dari proses kerusakan sel-sel otak. Antioksidan juga membantu untuk meningkatkan daya ingat dan dapat belajar dengan cepat dan cekatan.²¹

g. Dampak yang Ditimbulkan Akibat Gizi yang Tidak Seimbang

Pada masa anak usia 5-6 tahun merupakan anak usia prasekolah dimana anak mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang cepat.

Keaktifan anak mulai bertambah untuk mengeksplor dunianya maka dari itu banyak sekali energi yang dikeluarkan oleh anak. Energi yang keluar dengan berlebihan dan tidak diimbangi dengan asupan makanan yang seimbang dan bergizi maka akan memberi dampak anak mengalami gizi yang tidak seimbang. Adapun dampak-dampaknya yang dapat ditimbulkan yakni:

1) Pada pertumbuhan anak:

- a) Berat badan tidak sesuai dengan umur.
- b) Tinggi badan tidak sesuai umur.
- c) Berat badan tidak sesuai dengan tinggi badan.

²¹ Emma sovia, *Buat Anak Anda Jago Eksakta...*, hlm. 79-81.

- d) Lingkar kepala dan lingkar lengan kecil.
- 2) Pada perkembangan anak:
 - a) Berat, besar otak tidak bertambah, tingkah laku anak tidak normal.
 - b) Tingkat kecerdasan menurun.²²
- h. Tanda-tanda Gizi Baik pada Anak Prasekolah

Asupan gizi yang seimbang dapat menjadikan anak memiliki pemenuhan gizi yang baik dalam tubuhnya. Zat gizi memberikan kontribusi yang sangat besar bagi perkembangan dan pertumbuhan manusia terutama pada anak. Jika seorang anak yang memiliki gizi kurang atau bahkan buruk maka perkembangan dan pertumbuhannya dapat terhambat bahkan cenderung dapat menimbulkan beberapa penyakit.

Berbeda dengan anak yang memiliki gizi yang baik ia akan cenderung terlihat lebih baik dan pertumbuhan dan perkembangannya pun akan lebih pesat dibandingkan dengan yang memiliki gizi kurang/gizi buruk. Berikut ciri-ciri anak bergizi baik yang dapat kita lihat yakni sebagai berikut:

- 1) Perkembangan tubuhnya baik dengan berat dan tinggi badan yang normal.
- 2) Perkembangan ototnya baik dan kuat.
- 3) Postur tubuhnya bagus.
- 4) Kulitnya sehat, tidak ada luka dan dispigmentasi.
- 5) Rambutnya lembut dan bercahaya.
- 6) Matanya jernih.
- 7) Perkembangan emosi dan wataknya baik
- 8) Tidur nyenyak.
- 9) Pencernaan dan pengeluaran baik.
- 10) Nafsu makan baik.²³

²² Rusilanti dkk, *Gizi dan Kesehatan Anak Prasekolah*, (Bandung: Rosdakarya, 2015), hlm.140.

i. Kebutuhan Gizi Seimbang pada Anak

Setiap hari asupan makanan anak harus mengandung 10-15% kalori, 25-35% lemak dan sisanya karbohidrat. Setiap kg berat badan anak memerlukan asupan energi sebanyak 100 kkal. Asupan lemak juga perlu ditingkatkan karena struktur utama pembentuk otak adalah lemak. Lemak tersebut dapat diperoleh antara lain dari minyak dan margarin. Berikut adalah kebutuhan gizi pada anak usia sekolah

1) Anak Usia TK

Pada usia ini anak sudah bisa memilih makanan yang disukainya. Maka pola yang harus dibangun orang tua adalah menanamkan kebiasaan makan dengan gizi yang baik sejak usia dini.

2) Anak usia 7-9 tahun

Pada masa ini anak semakin pandai menentukan yang disukainya karena sudah mengenal lingkungan. Akan tetapi perlu diperhatikan polanya dimana mereka biasanya lebih cenderung menyukai jajanan. Disini peran orang tua harus lebih maksimal untuk mengarahkan mereka agar tidak salah memilih makanan karena pengaruh lingkungan sekitar.

3) Anak usia 10-12 tahun

Kebutuhan sudah dibagi dalam jenis kelaminnya. Karena anak laki-laki umumnya lebih banyak melakukan aktivitas fisik maka kebutuhan energinya pun lebih banyak dibanding anak perempuan. Akan tetapi sebagian kecil anak perempuan diusia ini juga sudah ada yang mengalami haid sehingga mereka akan lebih banyak membutuhkan protein dan zat besi. Pada masa ini perlu ditekankan mengenai pentingnya sarapan pagi supaya konsentrasi belajar tidak terganggu.²⁴

²³ Rusilanti dkk, *Gizi dan Kesehatan Anak Prasekolah*,... hlm, 155.

²⁴ Ida Mardalena, *Dasar-Dasar Ilmu Gizi Dalam Keperawatan Konsep dan Penerapan Pada Asuhan Keperawatan*, (Yogyakarta: Pustaka Baru Press, 2017), hlm. 93-94.

2. Perkembangan Kognitif

a. Pengertian Perkembangan Kognitif

Perkembangan kognitif anak usia dini adalah perkembangan kecerdasan dan daya pikir pada pengetahuan anak.²⁵ Pada dasarnya aktivitas anak usia dini yakni bermain. Bermain menjadi aktivitas pokok anak-anak, dimana anak dapat belajar melalui kegiatan bermain. Dalam kegiatan bermain anak tidak hanya merasakan senang saja namun daya pikirnya juga berkembang sehingga kecerdasannya pun meningkat.

Bermain memberikan pengalaman pada anak dimana anak merasakan suatu hal secara langsung apa yang belum pernah mereka rasakan hal ini membuat anak mengembangkan daya pikirnya, mengoptimalkan segala pengetahuannya dan menyatukan pengetahuan-pengetahuan yang telah didapatkan untuk memecahkan suatu permasalahan yang dihadapi.

b. Tahap-Tahap Perkembangan Kognitif

Jean Piaget merupakan tokoh yang amat penting di abad ke dua puluh. Pemikiran-pemikirannya telah banyak memberikan kontribusi yang amat penting dalam dunia pendidikan termasuk pemikirannya tentang perkembangan kognitif . Jean Piaget berpendapat bahwa skema merupakan unit dasar kognisi seseorang. Piaget membedakan dua jenis skema yakni sensorik motorik seperti keterampilan berjalan dan membuka botol. Sedangkan skema kognitif yakni pengembangan konsep, berpikir dan pemahaman.²⁶

Menurut Piaget ada tiga proses yang mendasari perkembangan individu yakni asimilasi, akomodasi dan ekuilibrasi.²⁷ Berikut tahap-tahap perkembangan kognitif menurut Jean Piaget:

²⁵ Miftahul Achyar Kertamuda, *Golden Age Strategi Sukses...*, hlm. 48.

²⁶ Harun Rasyid dkk, *Assesmen Perkembangan Anak Usia Dini*, (Yogyakarta: Gama Media, 2012), hlm. 104.

²⁷ Sutarto, "Teori Kognitif dan Implikasinya dalam Pembelajaran", *Islamic Counseling*, Vol 1 No. 02, 2017, hlm. 7.

1) Tahap sensorimotor (0-2 Tahun)

Dalam tahap ini bayi berupaya untuk memahami dunia dengan cara memanfaatkan inderanya yakni seperti melihat, mendengar, menggapai, menyentuh dll. Hal tersebut dinamakan sensorimotor. Ada enam sub-tahap sensorimotorik yakni: sub-tahapan skema refleks, sub-tahapan fase reaksi sirkular primer, sub-tahapan fase reaksi sirkular sekunder, sub-tahapan koordinasi reaksi sirkular sekunder, sub-tahapan fase reaksi sirkular tersier, dan sub-tahapan awal representasi simbolis.²⁸

2) Tahap praoperasional (2-7 Tahun)

Tahap praoperasional ialah awal kemampuan untuk merekonstruksi pada tingkat pemikiran apa yang telah dilakukan didalam perilaku. Pada tahap ini penalaran mental muncul, egosentris menguat dan mulai membentuk konsep yang stabil.

Pada tahap pra-operasional aktivitas kognitif anak telah menunjukkan bahwa anak sudah dapat menghadapi berbagai hal yang ada dilingkungannya. Anak sudah dapat memahami realitas kehidupannya melalui simbol-simbol. Cara berpikir anak pada tahap ini tidak sistematis, tidak konsisten dan tidak logis.²⁹

Perkembangan kognitif usia 5-6 tahun berada pada tahap pra-operasional 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.

²⁸ Khadijah, *Pengembangan Kognitif Anak Usia Dini*, (Medan: Perdana Publishing, 2016), hlm. 67-69.

²⁹ Fatimah Ibda, "Perkembangan Kognitif: Teori Jean Piaget", *Intelektualita*, Vol 3 No. 1, 2015, hlm.33

- c) Memahami sebab akibat, dimana anak memahami bahwa suatu peristiwa ada sebabnya.
- d) Mampu mengklasifikasi, anak mengelompokkan objek, orang, suatu peristiwa ke dalam kategori yang bermakna.
- e) Memahami angka. Dimana anak dapat menghitung dan memahami angka.

Karakteristik perkembangan kognitif tahap pra-operasional:

- a) Mengelompokkan benda yang memiliki persamaan.
- b) Menghitung 1-20.
- c) Mengenal bentuk-bentuk sederhana.
- d) Memahami konsep makna berlawanan.
- e) Mampu membedakan bentuk lingkaran atau persegi dengan objek nyata atau gambar.
- f) Memasangkan dan menyebutkan benda.
- g) Mencocokkan bentuk-bentuk sederhana.
- h) Mengklasifikasi angka, tulisan, buah dan sayur.
- i) Mengenal huruf kecil dan besar.
- j) Mengenal warna-warna.³⁰

3) Tahap operasional konkret(7-11 Tahun)

Pada tahap ini kemampuan anak sudah mulai berkembang dan memiliki kemampuan penalaran logika tetapi hanya dalam situasi konkret. Ada beberapa proses penting yang selama tahapan ini yakni: pengurutan, klasifikasi, *decentering*, *reversibility*, *konservasi*, dan penghilangan sifat egosentris.³¹

³⁰ Wulandari Retnaningrum, "Peningkatan Perkembangan Kognitif Anak Usia Dini melalui Media Bermain Kancing", *Jurnal Pendidikan dan Pemberdayaan Masyarakat*, Vol. 3, No. 2, (Cilacap: Universitas Nahdlatul Ulama Ghonzali, 2016), hlm. 208.

³¹ Khadijah, *Pengembangan Kognitif Anak Usia Dini...*, hlm. 75-76.

4) Operasional formal (11-15 Tahun)

Pada tahap ini anak dapat berfikir lebih abstrak.³² Berikut ciri-ciri dari tahapan ini yakni:

- a) Tidak ada tahapan yang diloncati dan tidak ada urutan yang mundur.
- b) Universal.
- c) Dapat digeneralisasi.
- d) Tahapan tersebut berupa keseluruhan yang terorganisasi secara logis.
- e) Urutan tahapan bersifat hierarkis.
- f) Tahapan merepresentasikan perbedaan secara kualitatif dalam model berfikir bukan hanya perbedaan kuantitatif.³³

c. Struktur Perkembangan Kognitif

Perkembangan struktur kognisi berlangsung menurut urutan yang sama bagi setiap individu. Setiap individu akan mengalami dan melewati setiap tahapan itu, sekalipun kecepatan perkembangan dari tahapan-tahapan tersebut dilewati secara relatif dan ditentukan oleh banyak faktor seperti : kematangan psikis, struktur syaraf, dan lamanya pengalaman yang dilewati pada setiap tahapan perkembangan. Mekanisme utama yang memungkinkan anak maju dari satu tahap pemungian kognitif ke tahap berikutnya oleh Piaget disebut asimilasi, akomodasi dan ekuilibrium.

- 1) Asimilasi merupakan proses dimana stimulus baru dari lingkungan diintegrasikan pada skema yang telah ada. Dengan kata lain, asimilasi merujuk pada usaha individu untuk menghadapi lingkungan dengan membuatnya cocok ke dalam struktur organisme itu sendiri yang sudah ada dengan jalan menggabungkannya.

³² Diana Mutiah, *Psikologi Bermain Anak Usia Dini*, (Jakarta: Kencana Prenada Media Grup 2010), hlm.48-68.

³³ Khadijah, *Pengembangan Kognitif Anak Usia Dini...*, hlm. 77.

- 2) Akomodasi merupakan proses yang terjadi apabila berhadapan dengan stimulus baru, anak mencoba mengasimilasikan stimulus baru itu tetapi tidak dapat dilakukan karena tidak ada skema yang cocok. Dalam keadaan seperti ini anak akan menciptakan skema baru atau mengubah skema yang sudah ada sehingga cocok dengan stimulus tersebut.
- 3) Ekuilibrium menunjuk pada relasi antara individu dan sekelilingnya, terutama sekali pada relasi antara struktur kognitif individu dan struktur sekelilingnya. Di sini ada keadaan seimbang bila individu tidak lagi perlu mengubah hal-hal dalam kelilingnya untuk mengadakan asimilasi dan juga tidak harus mengubah dirinya untuk mengadakan akomodasi dengan hal-hal yang baru.³⁴

d. Menerapkan Teori Piaget untuk Pendidikan Anak

Tidak asing lagi dengan teori Piaget yang sering di gunakan sebagai landasan pendidikan terutama di indonesia. Teori ini sangat populer sehingga sering diterapkan di berbagai pendidikan di Indonesia. Berikut penerapan teori Piaget untuk pendidikan anak:

- 1) Gunakan pendekatan konstruktivis. Murid lebih baik diajari untuk membuat penemuan, memikirkannya dan mendiskusikannya. Bukan dengan diajari menyalin apa-apa yang dikatakan atau dilakukan guru.
- 2) Fasilitasi mereka untuk belajar. Guru yang efektif harus merancang situasi yang membuat murid belajar dengan bertindak (*learning by doing*). Situasi seperti ini akan meningkatkan pemikiran dan penemuan murid. Guru mendengar, mengamati dan mengajukan pertanyaan kepada murid agar mereka mendapatkan pemahaman yang lebih baik. Ajukan pertanyaan yang relevan untuk merangsang agar mereka berfikir dan mintalah mereka untuk menjelaskan jawaban mereka.

³⁴ Erna Wulan Syaodih, t.t, "Perkembangan Kognitif Anak Prasekolah", *Perkembangan Kognitif Anak*, hlm. 3-4.

- 3) Pertimbangkan pengetahuan dan tingkat pemikiran anak. murid tidak datang ke sekolah dengan pemikiran yang kosong, mereka punya banyak gagasan tentang dunia fisik dan alam. Mereka memiliki konsep tentang ruang, waktu, kuantitas dan kausalitas. Guru harus menginterpretasikan apa yang dikatakan murid dan merespons dengan memberikan wacana yang sesuai dengan tingkat pemikiran murid.
 - 4) Gunakan penilaian terus-menerus.
 - 5) Tingkatkan intelektual murid. Pembelajaran anak harus berjalan secara alamiah. Anak tidak boleh didesak dan ditekan untuk lebih berprestasi banyak di awal perkembangan mereka sebelum mereka siap.
 - 6) Jadikan ruang kelas menjadi ruang eksplorasi dan penemuan. Guru harus mendorong interaksi antar murid selama perjalanan sebab sudut pandang murid yang berbeda dapat menambah kemajuan berfikir mereka.³⁵
- e. Urgensi Perkembangan Kognitif

Perkembangan kognitif merupakan hal yang sangat penting dalam kehidupan manusia. Orang tua dan guru memiliki peran penting untuk memberikan stimulasi bagi anak untuk membantu mengembangkan kognitifnya. Pengembangan kognitif memiliki tujuan agar anak mampu mengeksplorasi alam sekitar melalui panca inderanya.

Eksplorasi yang dilakukan oleh anak merupakan suatu kegiatan untuk mendapatkan pengalaman dan pengetahuan baru untuk bekal hidup kedepannya. Dapat dikatakan bahwa perkembangan kognitif itu sangat penting. Berikut urgensi perkembangan kognitif pada anak yakni:

³⁵ Siti Aisyah Mu'min, "Teori Perkembangan Kognitif Jean Piaget", *Jurnal Al-Ta'dib*. Vol. 6 No. 1 Januari-Juni 2013, hlm. 98-99.

- 1) Agar anak dapat mengembangkan daya persepsinya berdasarkan apa yang dilihat, didengar dan dirasakan sehingga anak akan memiliki pemahaman yang utuh dan komprehensif.
- 2) Agar anak mampu melatih daya ingat nya.
- 3) Agar anak mampu mengembangkan pemikiran-pemikirannya.
- 4) Agar anak mampu melakukan penalaran-penalaran bak yang terjadi secara alamiah maupun melalui proses ilmiah.
- 5) Agar anak mampu memecahkan persoalan hidup yang dihadapinya.³⁶

f. Faktor Penghambat Perkembangan Anak Usia Dini

Setiap anak yang sedang berkembang selalu ada faktor-faktor yang mempengaruhinya. Adanya keterlambatan perkembangan merupakan bentuk dari terhambatnya perkembangan anak. Dapat dilihat apa saja yang menjadi faktor penghambat perkembangan anak yaitu:

- 1) Gizi buruk yang mengakibatkan energi dan tingkat kekuatan menjadi rendah.
- 2) Cacat tubuh yang mengganggu perkembangan anak.
- 3) Tidak adanya kesempatan untuk belajar apa yang diharapkan kelompok sosial dimana anak tersebut tinggal.
- 4) Tidak adanya bimbingan dalam belajar (PAUD).
- 5) Rendahnya motivasi dalam belajar.
- 6) Rasa takut dan minder untuk berbeda dengan temannya dan tidak berhasil.³⁷

g. Faktor-Faktor yang Menunjang Perkembangan Kognitif

Terjadinya perkembangan kognitif pada diri manusia tidak terlepas dari dorongan berbagai faktor. Ada lima faktor yang mempengaruhi transisi tingkat perkembangan kognitif antara lain:

³⁶Ahmad Susanto, *Perkembangan Anak Usia Dini Pengantar...*, hlm. 48.

³⁷Suyadi & Maulida Ulfah, *Konsep Dasar PAUD*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2013), hlm. 57.

1) Faktor hereditas

Faktor hereditas yaitu semenjak dalam kandungan anak telah memiliki sifat-sifat yang menentukan daya kerja intelektualnya.

2) Faktor lingkungan

Ada dua unsur dari faktor lingkungan yang sangat mempengaruhi yaitu keluarga dan sekolah.

a) Keluarga

Keluarga merupakan pendidik pertama dalam kehidupan manusia maka dari sinilah bekal-bekal yang didapatkan dari seorang anak sebelum terjun dilingkungan masyarakat. Keluarga juga sebagai penyedia kebutuhan anak dalam memenuhi kebutuhan gizi pada anak.

b) Sekolah

Sekolah juga tidak kalah penting karena sekolah merupakan lembaga formal yang diberi tanggung jawab untuk meningkatkan perkembangan anak termasuk perkembangan berfikir.³⁸

h. Instrumen Perkembangan Kognitif

Perkembangan kognitif manusia dimulai dari persepsi, memori dan proses penguasaan bahasa. Semua proses tersebut diperoleh atas dasar pengalaman dan respon terhadap kebutuhan hidup dalam berinteraksi dengan lingkungan fisik, sosial dan rasa pengalaman interaksi. Kematangan kognitif seseorang memerlukan proses dan sentuhan pihak lain terhadap dirinya melalui interaksi secara fisik dan psikis dengan variasi lingkungannya. Perkembangan kognitif yang dibahas meliputi mengklasifikasi, menyebut, membedakan dan menghitung: benda, warna, jarak waktu, ukuran, bobot dan bentuk.

³⁸Khadijah, *Pengembangan Kognitif Anak...*, hlm. 40-47.

Agar perkembangan kognitif anak dapat diketahui dan dipantau maka diperlukannya instrumen untuk mengamati. Instrumen untuk mengamati kemampuan kognitif ini mengacu pada indikator yang dikembangkan oleh Depdiknas. Indikator tersebut secara teoritik sesuai dengan tingkat kesiapan dan kematangan anak. Berikut contoh instrumen observasi:

Tabel 2.1.
Contoh instrumen observasi (Check List)

No	Nama	Kriteria Penilaian Mengklasifikasi																		Komentar Guru
		Benda			Warna			Ukuran			Bobot			Jarak			Bentuk			
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	
1	Ani																			
2	Ari																			
3	Budi																			

Keterangan: 1= tidak dapat; 2 = belum dapat; 3 = dapat

Yogyakarta,

Guru

.....

Setelah instrumen observasi tentang kemampuan mengklasifikasi benda, warna, ukuran, bobot, jarak dan bentuk langkah selanjutnya guru harus menyusun rubrik penskoran. Rubrik tersebut disusun sebelum instrumen pengamatan digunakan dengan maksud agar deskripsi penilaiannya jelas. Contoh salah satu rubrik mengklasifikasi sebagai berikut³⁹:

³⁹ Harun Rasyid dkk, *Assesmen Perkembangan Anak Usia Din...*, hlm. 217-219.

Tabel 2.2**Contoh Rubrik Penilaian Tentang Kemampuan Mengklasifikasi**

No	Kriteria	Deskripsi	Skor	Keterangan
1	Anak dapat mengklasifikasi benda, warna, bobot, jarak dan bentuk denganurut	Jika anak telah dapat mengklasifikasi benda, warna, bobot, jarak dan bentuk dengan baik lebih dari tiga macam yang diminta guru	3	Anak dapat mengklasifikasi benda, warna, bobot, jarak dan bentuk dengan baik lebih dari tiga macam yang diminta guru
2	Anak belum dapat mengklasifikasi benda, warna, bobot, jarak dan bentuk denganurut	Jika anak kurang tepat untuk mengklasifikasi benda, warna, bobot, jarak dan bentuk dengan baik lebih dari tiga macam yang diminta guru	2	Anak kurang tepat mengklasifikasi benda, warna, bobot, jarak dan bentuk dengan baik lebih dari tiga macam yang diminta guru
3	Anak tidak dapat mengklasifikasi benda, warna, bobot, jarak dan bentuk denganurut	Jika anak tidak dapat mengklasifikasi benda, warna, bobot, jarak dan bentuk dengan baik lebih dari tiga macam yang diminta guru	1	Anak tidak dapat mengklasifikasi benda, warna, bobot, jarak dan bentuk dengan baik lebih dari tiga macam

				yang diminta guru
--	--	--	--	-------------------

C. Kerangka Berpikir

Setiap manusia akan selalu mengalami perkembangan dan pertumbuhan selama hidupnya. Seiring tumbuhnya manusia saat dalam masa usia dini akan terjadinya perkembangan sel-sel syaraf pada otak yang berkembang pesat maka membutuhkan dorongan-dorongan stimulasi yang optimal bagi perkembangannya. Perkembangan sel-sel syaraf otak ini akan berkembang sangat baik diiringi dengan stimulasi pendidikan yang optimal guna mendorong daya pikir anak.

Daya pikir anak akan berkembang menjadi suatu pengetahuan yang dapat menjadi bekal anak untuk terjun dilingkungan masyarakat. Tentunya pada masa ini anak harus terpenuhi segala kebutuhannya. Untuk memperluas pengetahuan anak yang dapat dilakukan adalah dengan cara bermain, mendongeng, bernyanyi dll. Pada saat usia ini anak membutuhkan dukungan dan kebebasan untuk mengeksplorasi lingkungannya. Membiarkan anak merasakan secara langsung apa yang terjadi pada dirinya sendiri akan membuat anak lebih mandiri dan berwawasan luas.

Semakin anak semangat dalam mengeksplorasi lingkungan untuk memenuhi segala keingintahuannya maka akan meningkatkan aktivitas fisiknya sehingga anak membutuhkan asupan makanan yang baik dan seimbang. Selain itu asupan makanan dapat digunakan untuk mencerdaskan otak selagi makanan tersebut mengandung zat-zat yang bergizi. Anak yang memiliki gizi baik dan seimbang akan membuat anak lebih sehat, aktif, cerdas dan memiliki daya konsentrasi belajar yang baik dibandingkan anak yang memiliki gizi kurang.

Dengan demikian status gizi anak mempengaruhi perkembangan kognitif anak sebaliknya anak yang memiliki gizi kurang akan terlihat tidak sehat mudah terserang penyakit dan kurang konsentrasi dalam belajar.

D. Hipotesis

Adapun hipotesis pada penelitian ini yakni:

1. Hipotesis Nol (H_0)

Hipotesis nol menyatakan bahwa “Tidak ada Pengaruh Status Gizi terhadap Perkembangan Kognitif Anak Usia Dini di TK Diponegoro 06 Bantarsoka Kabupaten Banyumas”.

2. Hipotesis Alternatif (H_a)

Hipotesis alternatif menyatakan bahwa “Ada Pengaruh Status Gizi Terhadap Perkembangan Kognitif Anak Usia Dini di TK Diponegoro 06 Bantarsoka Kabupaten Banyumas”.



IAIN PURWOKERTO

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian (research) merupakan rangkaian kegiatan ilmiah dalam rangka pemecahan suatu permasalahan.⁴⁰ Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian lapangan (*field research*) dimana peneliti terjun langsung pada tempat yang telah dijadikan sebagai objek penelitian untuk memperoleh data dan informasi terkait penelitian. Adapun pendekatan penelitian yang digunakan yaitu pendekatan kuantitatif. Pendekatan dengan metode kuantitatif digunakan untuk meneliti populasi atau sampel tertentu dengan menggunakan instrument penelitian pada saat pengambilan data.

B. Tempat dan Waktu

1. Tempat

Penelitian ini dilakukan pada anak usia 5-6 tahun yang bersekolah di TK (Taman Kanak-Kanak). Lokasi yang dijadikan tempat penelitian yakni di TK Diponegoro 06 Bantarsoka Kabupaten Banyumas yang terletak di Kecamatan Purwokerto Barat Kabupaten Banyumas. Dalam menentukan tempat penelitian peneliti memilih TK tersebut karena sebelumnya belum pernah ada penelitian serupa sehingga dipilih sebagai tempat/objek penelitian.

2. Waktu

Waktu pelaksanaan penelitian dilakukan pada tanggal 09 Mei sampai dengan 09 Juli tahun ajaran 2018/2019. Beberapa kegiatan yang dilakukan peneliti selama rentang waktu penelitian yakni meliputi kegiatan pra-studi lapangan, studi lapangan dan pasca studi lapangan.

Kegiatan pra-studi lapangan yakni peneliti melakukan survey lapangan di TK yang akan dijadikan tempat penelitian untuk mengetahui gambaran kondisi tempat penelitian sebelum dilaksanakannya penelitian. Dengan begitu peneliti dapat mempersiapkan apa yang akan dibutuhkan selama penelitian berlangsung.

⁴⁰Saefudin Azwar, *Metode Penelitian*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2001), hlm. 1.

Kegiatan studi lapangan merupakan kegiatan inti dimana peneliti melakukan kegiatan pengamatan dan mulai meneliti keadaan di tempat penelitian. Kegiatan ini peneliti mengambil data dilapangan dengan cara mewawancarai orang-orang yang memiliki pengaruh terhadap penelitian dan melakukan pengukuran berat badan terhadap anak-anak untuk mengumpulkan data penelitian terkait status gizi sedangkan untuk data perkembangan kognitif peneliti dibantu oleh guru kelas untuk mengobservasi pencapaian anak sesuai dengan instrumen yang telah disusun.

kegiatan pasca studi yakni kegiatan yang dilakukan setelah penelitian. Kegiatan ini merupakan penyusunan hasil penelitian dilapangan berupa laporan penelitian (skripsi).

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Pengertian populasi menurut Nawawi ialah totalitas semua nilai yang mungkin baik hasil menghitung ataupun pengukuran kuantitatif maupun kualitatif pada karakteristik tertentu mengenai sekumpulan objek yang lengkap.⁴¹

Menurut sugiyono populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri obyek atau subyek yang menjadi kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari.⁴²

Populasi dalam penelitian ini adalah peserta didik TK Diponegoro 06 Bantarsoka tahun ajaran 2018-2019 dengan rentan usia 5-6 tahun yakni sebanyak 52 orang.

2. Sampel

Sampel merupakan bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut.⁴³ Teknik dalam pengambilan sampel adalah *total sampling*. *Total sampling* adalah teknik pengambilan sampel

⁴¹Buchari Aima, *Belajar Mudah Penelitian untuk GuruKaryawan dan Penelitan Pemula*, (Bandung, Alfabeta, 2011), hlm. 54.

⁴²Suharsimi Arikunto, *Manajemen Penelitian*, (Jakarta: PT Asdi Mahasatya, 2000), hlm. 353.

⁴³Sugiono, *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2017), hlm. 118.

yang mana jumlah sampel sama dengan jumlah populasi. Peneliti menggunakan *total sampling* karena menurut Krejcie dan Morgan untuk jumlah populasi yang kurang dari 100 maka seluruh populasi dijadikan sampel penelitian semua.⁴⁴

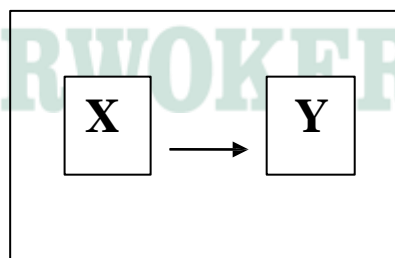
D. Variabel dan Instrumen Penelitian

1. Variabel

Variabel penelitian merupakan segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya. Adapun macam-macam variabel yang digunakan pada penelitian ini adalah:

- a. Variabel independen yakni variabel yang sering disebut variabel bebas. Variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen (terikat). Variabel independen pada penelitian ini adalah “status gizi”.
- b. Variabel dependen sering disebut juga variabel terikat. Variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas.⁴⁵ Sedangkan variabel dependennya adalah “Perkembangan Kognitif Anak Usia Dini”.

Penelitian ini terdiri dari satu variabel dependen dan satu variabel independen. Dapat digambarkan seperti berikut



⁴⁴ Idrus Alwi, “Kriteria Empirik Dalam Menentukan Ukuran Sampel Pada Pengujian Hipotesis Statistik Dan Analisis Butir”, *Jurnal Formatif*, (Jakarta: Universitas Indraprasta PGRI), hlm. 141.

⁴⁵ Sugiono, *Metode Penelitian Pendidikan...*, hlm. 60.

Keterangan:

X= Status Gizi

Y= Perkembangan Kognitif

2. Indikator Penelitian

a. Indikator Status Gizi

Pengukuran status gizi yang digunakan peneliti adalah antropometri dengan indeks antropometrinya yakni berat badan menurut umur (BB/U). Klasifikasi status gizi yang peneliti gunakan yakni menurut Rekomendasi Lokakarya Antropometri dan Puslibang Gizi.⁴⁶:

Tabel 3.1

Klasifikasi Status Gizi menurut Rekomendasi Lokakarya Antropometri dan Puslibang Gizi

Kategori	BB/U
Gizi Baik	100-80%
Gizi Kurang	<80-60%
Gizi Buruk	<60%

Pengukuran status gizi membutuhkan ambang batas untuk menginterpretasikan kategori status gizi pada seseorang. Pada penelitian ini untuk menentukan ambang batas dengan menggunakan persen terhadap median. Median adalah nilai tengah dari suatu populasi. Nilai median dinyatakan sama dengan 100% (untuk standar). Setelah itu dihitung persentase terhadap nilai median untuk mendapatkan ambang batas.⁴⁷

b. Indikator Perkembangan Kognitif Anak

Perkembangan kognitif yang mengacu pada teori Piaget yang menekankan pada potensi invidual yang harus digali dan diaktualisasikan sedini mungkin melalui proses pendidikan anak usia

⁴⁶ I Dewa Nyoman dkk, *Penilaian Status Gizi...*, hlm.90.

⁴⁷ Ni Wayan Arya Utami, *Modul Antropometri MK:G006 (Dasar Ilmu Gizi)*, (Denpasar: Fakultas Kedokteran Universitas Udayana, 2016), hlm. 29.

dini. Model bermain yang dikhususkan untuk menjadi wadah anak dalam belajar harus disesuaikan dengan karakteristik mereka dengan atas dasar perkembangan kognitif seperti berikut ini⁴⁸:

Tabel 3.2
Deskripsi Model Bermain Pengembangan Kognitif AUD

Substansi Pengembangan	Usia	Indikator Pengembangan
Melakukan klasifikasi	5-6	Mengelompokkan lebih lima warna dan menyebutkan warna
		Mengelompokkan benda-benda yang sama dan sejenis
		Menyebutkan bentuk geometri (lingkaran, persegi empat, segi tiga, persegi panjang)
		Membedakan besar-kecil, panjang-pendek, berat-ringan, waktu, ruang dan deskripsinya
		Mendeskripsikan warna benda-benda dilingkungannya
Memecahkan masalah	5-6	Merumuskan hipotesa pemecahan masalah (jika...maka...)

⁴⁸Harun Rasyid dkk, *Assesmen Perkembangan Anak Usia Dini*...., hlm.111

Pengembangan kemampuan operasi	5-6	Menguasai konsep bilangan
		Memecahkan berdasarkan hubungan sebab akibat
		Melakukan operasi hitung
Operasi hitung	5-6	Melakukan operasi hitung sesuai dengan aturannya

Untuk mengkategorikan hasil pengukuran maka pengukuran dibagi menjadi tiga kategori tingkat perkembangan kognitif, pedoman yang dipakai adalah sebagai berikut.⁴⁹

Tabel 3.3
Kategori Tingkat Perkembangan Kognitif

Kategorisasi	Rumus
Tinggi	$X < M - 1SD$
Sedang	$M - 1SD \leq X < M + 1SD$
Rendah	$M + 1SD \leq X$

Keterangan:

X : Skor yang diperoleh

SD : Standar Deviasi

M : Mean

⁴⁹ Saifuddin, Azwar, *Penyusunan Skala Psikologi*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2007), hlm. 106.

E. Teknik Pengumpulan Data

Cara atau teknik yang peneliti pakai dalam pengumpulan data untuk menunjang keberhasilan suatu penelitian yakni antara lain :

1. Wawancara

Wawancara merupakan cara yang digunakan untuk mendapatkan sebuah informasi terkait apa yang ingin digali oleh peneliti guna mendukung penelitiannya dengan cara tanya jawab dengan orang yang bersangkutan yang dianggap memiliki banyak informasi terkait penelitian tersebut.

Peneliti memilih metode wawancara agar bisa mendapatkan informasi dari para narasumber secara langsung sehingga mendapatkan gambaran yang mendukung guna memperjelas penelitian ini.

Terkait penelitian yang diangkat maka peneliti menggunakan teknik wawancara tidak terstruktur guna mendapatkan informasi untuk data penelitian. Wawancara tidak terstruktur adalah aktivitas tanya jawab untuk memperoleh sebuah informasi dimana peneliti tidak menggunakan pedoman wawancara.⁵⁰ Dengan menggunakan teknik wawancara tidak terstruktur peneliti dapat mengajukan pertanyaan-pertanyaan yang lebih luas yang masih berkaitan dengan penelitian.

Wawancara dalam penelitian ini dilakukan dengan tanya jawab kepada pihak-pihak sekolah atau orang tua anak didik. Teknik wawancara ini digunakan untuk memudahkan peneliti fokus pada keadaan lapangan dan memperbanyak pengetahuan yang berkaitan dengan penelitian dilapangan.

2. Observasi

Observasi merupakan pengamatan yang dilakukan oleh peneliti terhadap keadaan atau gejala yang sedang terjadi dilapangan yang kemudian dicatat atau direkam secara detail dan lengkap untuk dijadikan

⁵⁰Haris Herdiansyah, *Metodologi Penelitian Kualitatif untuk Ilmu-ilmu Sosial*, (Jakarta: Salemba Humanika, 2010), hlm. 123.

sebuah informasi agar peneliti memiliki gambaran yang luas terhadap permasalahan terkait yang diteliti.⁵¹

Peneliti menggunakan observasi terstruktur. Observasi terstruktur adalah observasi yang telah dirancang secara sistematis oleh peneliti maka disini peneliti sudah memahami tentang apa yang akan diamati, kapan dan dimana tempatnya. Dalam melakukan observasi terstruktur peneliti menggunakan instrument penelitian yang telah teruji validitas dan reabilitasnya. Instrument yang digunakan dapat berupa wawancara terstruktur atau angket tertutup, sehingga peneliti harus memahami dengan baik tentang variabel apa yang akan diamati.⁵²

Peneliti menggunakan teknik observasi terstruktur sebab dengan teknik ini peneliti dapat melakukan pengamatan dan pencatatan kegiatan anak yang kaitannya dengan status gizi dan perkembangan kognitif anak usia dini TK Diponegoro 06 Bantarsoka.

3. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan kumpulan catatan peristiwa yang telah berlalu.⁵³ Dokumentasi merupakan bukti pendukung penelitian dimana setiap apapun yang terjadi dalam pelaksanaan penelitian berlangsung dapat diabadikan dengan berbagai bentuk yang dapat berupa tulisan, foto, gambar, karya, monumental, video, berkas-berkas dan lain-lainnya.⁵⁴

Dokumentasi pada penelitian ini berupa gambaran umum TK Diponegoro 06 Bantarsoka, data anak didik TK Diponegoro 06 Bantarsoka, dan pada saat pembelajaran berlangsung.

F. Instrumen Penelitian

Menurut Djaali dkk menyatakan bahwa instrumen merupakan suatu alat yang dapat digunakan sebagai alat ukur untuk mengukur suatu objek atau

⁵¹Rohmad, *Pengembangan Instrumen Evaluasi dan Penelitian*, (Yogyakarta: Kalimedia, 2017), hlm.148.

⁵²Sugiono, *Metode Penelitian Pendidikan...*, hlm. 205.

⁵³Sugiono, *Metode Penelitian Pendidikan...*, hlm.329.

⁵⁴Natalia & Nilamsari, *Memahami Studi Dokumen Penelitian Kualitatif, Jurnal Wacana Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas Prof. Dr. Moestopo (Beragam)*, Vol. XIII No. 2, (Jakarta: Universitas Prof. Dr. Moestopo, 2014), hlm 89.

mengumpulkan data mengenai suatu variabel karena sebelumnya telah memenuhi syarat akademis.⁵⁵

Instrumen penelitian ini menggunakan instrumen tes. Instrumen tes pada anak TK merupakan tes informal dimana pelaksanaan tesnya tidak sama seperti pelaksanaan tes di SD atau lainnya. Pelaksanaan tes tidak terikat waktu, situasi dan tempat. Penggunaan alat tersebut dapat dengan menggunakan pendekatan individual bisa juga kelompok. Lembar tes dapat digunakan secara lisan dengan bantuan guru dengan cara bertanya secara langsung kepada anak.⁵⁶ Instrumen ini digunakan untuk memperoleh informasi tentang perkembangan kognitif anak usia dini di TK Diponegoro 06 Bantarsoka Kabupaten Banyumas.

1. Pengukuran Status Gizi

Instrumen dalam penelitian ini menggunakan indeks berat badan menurut umur (BB/U). Indeks BB/U digunakan untuk mengetahui status gizi anak usia 5-6 tahun baik laki-laki maupun perempuan. Adapun instrumen indeks status gizi yang digunakan yakni menurut Rekomendasi Lokakarya Antropometri dan Puslitbang Gizi.

Petunjuk pengambilan data status gizi adalah sebagai berikut:

- a. Menyiapkan alat yang digunakan untuk mengukur berat badan anak yakni dengan timbangan injak digital. Peneliti menggunakan timbangan injak digital sebab memiliki ketelitian 0,1 Kg.
- b. Menyiapkan daftar nama anak. daftar nama anak digunakan untuk memanggil dan memasukan data berat badan anak yang mendapat giliran.
- c. Petugas untuk mengukur dan mencatat data-data berat badan anak..
- d. Pelaksanaan: anak dipanggil satu persatu sesuai urutan absen. Anak yang telah dipanggil lalu naik ke atas timbangan tanpa memakai alas kaki.

⁵⁵Baso Intang Sappaile, "Konsep instrumen Penelitian Pendidikan", *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, Vol. 13, No.66, (Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan, 2017), hal. 380.

⁵⁶Anita Yus, *Penilaian Perkembangan Belajar Anak Taman Kanak-Kanak*, (Jakarta: KENCANA, 2012), hlm. 65.

e. Pencatatan: pencatatan yang dilakukan yakni sesuai dengan timbangan dengan satuan kilogram (Kg) dengan ketelitian pengukuran dua angka dibelakang koma.

2. Pengukuran Perkembangan Kognitif

Untuk mengetahui perkembangan kognitif anak maka peneliti menggunakan instrumen yang sudah ada berupa kegiatan perkembangan anak yang digunakan untuk sekolah TK. Dalam penelitian ini peneliti mengukur seluruh peserta didik TK Diponegoro 06 Bantarsoka Kabupaten Banyumas dengan rentan usia 5-6 tahun. Berikut Kegiatan pelaksanaan program untuk mengukur perkembangan kognitif anak usia dini di TK Diponegoro 06 Bantarsoka Kabupaten Banyumas:

Tabel 3.4

Kegiatan Program Perkembangan Kognitif Anak Usia Dini

No	Substansi pengembangan	Indikator Pengembangan	No Item	Jumlah Item
1.	Melakukan klasifikasi benda-benda	<ul style="list-style-type: none"> • Mengelompokkan lebih lima warna • Mengelompokkan benda-benda yang sama dan sejenis • Menyebutkan empat bentuk geometri • Membedakan besar-kecil, panjang-pendek, halus-kasar dan berat-ringan • Mendeskripsikan warna benda-benda 	2.1, 2.2, 2.3, 2.4, 2.5, 2.6, 2.7	7

		dilingkungannya		
2.	Memecahkan masalah	<ul style="list-style-type: none"> • Merumuskan hipotesa pemecahan masalah (jika...maka...) 	2.8	1
3.	Pengembangan kemampuan operasi	<ul style="list-style-type: none"> • Menguasai konsep bilangan • Memecahkan berdasarkan hubungan sebab-akibat • Melakukan operasi hitung 	2.9; 2.10; 2.11	3
4.	Operasi hitung	Melakukan operasi hitung dengan aturan	2.12	1
		Jumlah		12

G. Metode Analisis Data

Untuk mencari pengaruh status gizi terhadap perkembangan kognitif anak usia dini di TK Diponegoro 06 Bantarsoka Kabupaten Banyumas harus melalui beberapa analisis data untuk menjelaskan permasalahan ini yaitu:

1. Uji Validitas

Menurut Azwar validitas berasal dari kata *validity* yang mempunyai arti sejauh mana ketepatan dan kecermatan suatu instrumen pengukur (tes) dalam melakukan fungsi ukurnya.⁵⁷ Pada penelitian ini uji validitas menggunakan pengujian validitas isi. Penggunaan pengujian validitas isi yaitu dengan cara meminta pendapat dari ahlinya. Pada penelitian ini peneliti meminta pendapat pada Maria Ulpah, S.Si, M.Si selaku Dosen

⁵⁷ Zulkifli Matondang, "Validitas dan Reabilitas Suatu Instrumen Penelitian", *Jurnal Tabularasa Pps Unimed*, Vol. 6, No.1, (Medan: Universitas Negeri Medan 2009), hlm.89.

Pembimbing dan Kepala TK Diponegoro 06 Bantarsoka Siti Mukaromah S.Pd.

2. Analisis Uji Prasyarat

a. Uji normalitas

Uji normalitas diperlukan untuk menguji apakah dalam sebuah model regresi, variabel tak bebas dan variabel bebas atau keduanya berdistribusi normal. Syarat mendapatkan model regresi yang baik adalah datanya harus berdistribusi normal atau paling tidak mendekati normal.⁵⁸

Pengujian dapat menggunakan uji non-parametric seperti uji Kolmogrov-Smirnov atau uji lainnya atau menggunakan dengan melihat grafik. Adapun kriteria keputusan dalam uji normalitas jika nilai signifikannya lebih besar dari 0,05 maka data tersebut berdistribusi normal. Namun sebaliknya apabila nilai signifikansinya kurang dari 0,05 maka data tersebut tidak berdistribusi normal.⁵⁹

b. Uji Linieritas

Uji linieritas merupakan uji bahwa persamaan regresi antara variabel dependen dengan variabel independen adalah mengikuti linier atau garis lurus.⁶⁰ Data yang baik itu terdapat hubungan yang linier antara variabel bebas (X) dengan variabel terikat (Y). Dasar pengambilan keputusan dalam uji linieritas dapat menggunakan nilai signifikansi atau dengan melihat nilai

Jika diperoleh nilai probabilitas $\geq 0,05$, maka hubungan antara variabel X dan Y adalah linier. Sebaliknya apabila nilai probabilitasnya $\leq 0,05$ maka hubungan antara variabel X dan Y adalah tidak linier. Apabila dengan menggunakan uji F jika diperoleh Fhitung

⁵⁸ Rohmad, *Pengantar Statistika Panduan Praktis bagi Pengajar dan Mahasiswa*. (Yogyakarta: Kalimedia, 2015), hlm. 199.

⁵⁹ Haryadi Sarjono & Winda Julianita, *SPSS vs LISREL (Sebuah Pengantar: Aplikasi untuk riset*, (Jakarta: Salemba Empat, 2013), hlm. 53-64.

⁶⁰ Edy Supriyadi, *SPSS+Amos Statistical Data Analysis Perangkat Lunak Statistik*, (Jakarta: IN MEDIA, 2014), hlm. 59.

$\geq F_{\text{tabel}}$ maka hubungan antara variabel X dan Y tidak linier, sebaliknya jika $F_{\text{hitung}} \leq F_{\text{tabel}}$ hubungan antara X dan Y linier.⁶¹

3. Analisis Data

Pada tahap ini peneliti akan menganalisis data yang diperoleh dari hasil tes yang sudah di distribusikan pada subjek penelitian dan akan di kalkulasikan. Tentunya data tersebut sebelumnya sudah melalui beberapa tahap uji prasyarat analisis. Setelah melalui tahap uji prasyarat analisis, data di analisis menggunakan *simple regresi linier* dengan bantuan program SPSS 16.0 For Windows.

Simple regresi linier digunakan untuk mengetahui pengaruh antara satu buah variabel bebas terhadap satu buah variabel terikat.⁶² Uji analisis data yang digunakan adalah Uji t. Dalam pengujian hipotesis yakni dengan membandingkan dengan . Berikut rumus dari simple regresi adalah

$$Y = a + bX$$

Keterangan:

Y = Variabel dependen

X = Variabel independen

a = Nilai intercept (konstan)

b = Koefisien regresi

Dimana:

$$a = \frac{(\quad)(\quad) - (\quad)(\quad)}{(\quad)}$$

$$b = \frac{(\quad)(\quad)}{(\quad)}$$

Keterangan:

a = nilai status gizi

b = perkembangan kognitif anak usia dini

⁶¹ Ifada Novikasari, *Pengujian Prasyarat Analisis*, (Purwokerto: IAIN Purwokerto, 2016), hlm. 56.

⁶² Rohmad, *Pengantar Statistika Panduan...*, hlm. 184.

Adapun kaidah pengujian signifikansi adalah:

Jika $F_{hitung} > F_{tabel}$ maka tolak H_0 yang artinya signifikan dan $F_{hitung} < F_{tabel}$ maka terima H_0 artinya tidak signifikan.⁶³

Apabila menggunakan taraf signifikansi 0,05 jika nilai signifikansi $> 0,05$ artinya tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara variabel independen terhadap variabel dependen. Sedangkan jika nilai signifikansi $< 0,05$ artinya terdapat pengaruh signifikan antara variabel independen terhadap variabel dependen.⁶⁴



⁶³ Ridwan, *Belajar Mudah Penelitian Untuk Guru-Karyawan dan Peneliti Pemula*, (Bandung: Alfabeta, 2011), hlm. 149.

⁶⁴ Dwi Priyanto, *Teknik Mudah dan Cepat Melakukan Analisis Data Penelitian dengan SPSS dan Tanya Jawab Ujian Pendarasan*, (Yogyakarta: Gava Media, 2010), hlm. 90.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum TK Diponegoro 06 Bantarsoka

Penelitian ini dilakukan di TK Diponegoro 06 Bantarsoka penelitian yang dilakukan pada 9 Mei 2019 s/d 9 Juni 2019. Adapun profil sekolah dijelaskan sebagai berikut:

1. Sejarah Berdirinya

Penelitian dilaksanakan di TK Diponegoro 06 Bantarsoka yang beralamatkan di jalan Jendral Sudirman Barat No.105 Kelurahan Bantarsoka Kecamatan Purwokerto Barat Kabupaten Banyumas. Status sekolah TK Diponegoro 06 Bantarsoka yakni swasta yang diprakarsai oleh Ketua Muslimat NU ranting Pasiraja Ibu Nuryareja.

2. Keadaan Bangunan

Keadaan bangunan yang terdapat di TK Diponegoro 06 Bantarsoka yakni terdiri dari:

- a. 1 ruang kantor
- b. 1 ruang tamu
- c. 1 ruang guru
- d. 1 ruang UKTK
- e. 1 ruang perpustakaan
- f. 1 ruang dapur
- g. 1 ruang gudang
- h. halaman bermain
- i. 2 ruang kamar mandi
- j. 3 ruang kelas.

IAIN PURWOKERTO

3. Keadaan Anak Didik

Tabel 4.1
Daftar Jumlah Peserta Didik

No	Tahun Pelajaran	Anak Didik		
		L	P	Jumlah
1	2010-2011	33	43	76
2	2011-2012	29	47	76
3	2012-2013	23	35	58
4	2013-2014	19	27	46
5	2014-2015	27	26	53
6	2015-2016	21	24	45
7	2016-2017	29	26	55
8	2017-2018	38	26	64
9	2018-2019	32	20	52

4. Visi dan Misi TK Diponegoro

Visi: Kreatif dan Bertata Krama Islami Sejak Dini

Misi: -Menanamkan dan Menerapkan Tata Krama Islami sejak Dini
-Menumbuhkembangkan Kemampuan Anak

5. Keadaan Guru

- Siti Mukaromah, S.Pd (Guru Yayasan) sebagai Kepala TK
- Wigati, S.Pd (Guru Yayasan)
- Sri Lestari, S.Kom.I (Guru Yayasan)

B. Deskripsi Data

Deskripsi data berupa penyajian gambaran data dari masing-masing variabel yang diperoleh dari hasil penelitian di lapangan. Penelitian ini menggunakan dua variabel yang terdiri dari variabel independen yaitu status gizi dan variabel dependen yaitu perkembangan kognitif anak usia dini.. Berikut akan dideskripsikan data penelitian yang diperoleh dari masing-masing variabel:

1. Deskripsi data variabel independen (X) Status Gizi

Pada penelitian ini pengukuran status gizi menggunakan ambang batas menurut Rekomendasi Lokakarta Antropometri 1975 dan Puslitbang Gizi 1978 yang membagi status gizi menjadi tiga kategori yakni gizi buruk, gizi kurang dan gizi baik.

Berdasarkan data penelitian setiap peserta didik di TK Diponegoro 06 Bantarsoka Kabupaten Banyumas akan di klasifikasikan status gizinya berdasarkan indeks berat badan menurut Usia (BB/U). Dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

Cara menghitung ambang batas yakni:

$$\begin{aligned} 80\% &= \frac{\text{BB}}{\text{U}} \times 18,55 \\ &= 14,84 \end{aligned}$$

Status gizi dikatakan baik apabila lebih dari sama dengan 80% ($\geq 80\%$) yang artinya ambang batas status gizi baik apabila berat badan anak lebih dari sama dengan 14,84 Kg.

$$\begin{aligned} 60\% &= \frac{\text{BB}}{\text{U}} \times 18,55 \\ &= 11,13 \end{aligned}$$

Status gizi dikatakan kurang apabila kurang dari 80% ($< 80\%$) yang artinya ambang batas status gizi kurang apabila berat badan anak kurang dari 11,13 Kg. Sedangkan untuk status gizi buruk yakni kurang dari 60% ($< 60\%$) yang artinya ambang batas status gizi buruk apabila berat badan anak kurang dari 11,13 Kg. Berikut dapat kita lihat frekuensi jumlah anak sesuai ambang batas status gizinya dibawah ini:

Tabel 4.2
Frekuensi Kategori Status Gizi

Kategori	BB/U	Frekuensi	Persentase
Gizi Baik	$\geq 80\%$ ($>14,84$)	47	90,4
Gizi Kurang	$<80-60\%$ ($<14,83-11,13$)	5	9,6
Gizi Buruk	$<60\%$ ($<11,13$)	0	0
	Jumlah	52	100

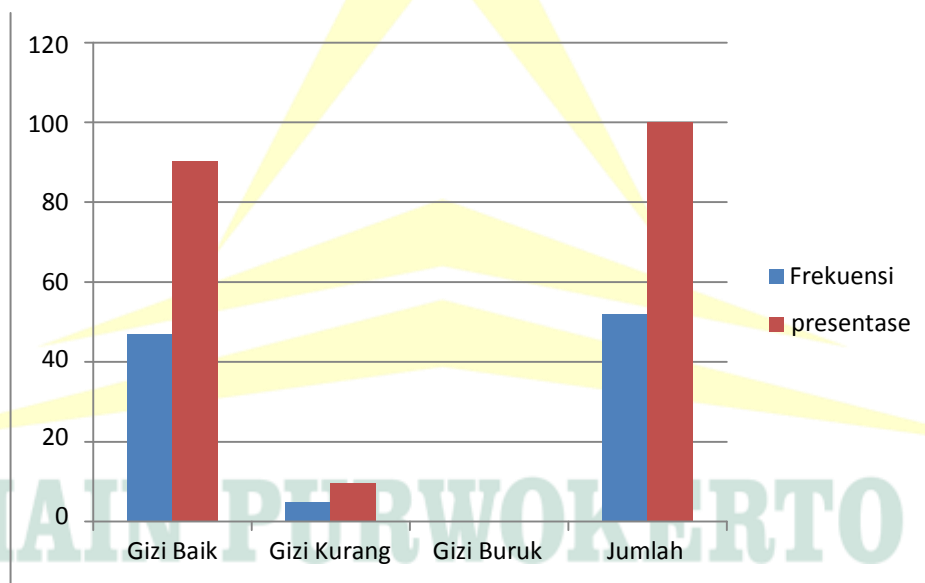
Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa hampir keseluruhan responden memiliki status gizi baik dengan jumlah 47 responden dengan presentase 90,4% dan responden yang memiliki gizi kurang yakni 5 orang dengan presentase 9,6%. Penyajian data dalam bentuk diagram dari data responden berdasarkan distribusi frekuensi klasifikasi/kategori status gizi dapat dilihat pada: Gambar 1.

Dari penelitian ini yang paling besar adalah anak yang berstatus gizi baik. Pada usia ini membutuhkan zat gizi yang lengkap dan seimbang mengingat bahwa aktivitas fisik anak pada usia ini sangat aktif dimana mereka mengeluarkan energi yang berlebih maka dari itu asupan makanan harus kita sesuaikan dengan kebutuhan tubuh dan aktifitas fisik mereka.

Peneliti melihat dari kebiasaan orang tua dalam membawakan bekal makanan terhadap anaknya. Di TK Diponegoro para guru maupun kepala TK selalu memberikan pengetahuan parenting dan telah menjalankan program membawa bekal dari rumah dimana program tersebut berjalan dengan lancar. Program tersebut mengharuskan setiap anak membawa bekal dari rumah, tentunya bekal yang dibawakan oleh orang tua anak adalah makanan yang dirasa aman untuk dikonsumsi oleh anak dan dijamin kebersihannya. Maka dari itu Kepala TK Diponegoro 06 Bantarsoka menghimbau para orang tua atau wali murid untuk tidak membawakan uang jajan namun membawakan bekal dari rumah saja.

Peneliti mengamati dilapangan bahwa tidak ada anak yang jajan diluar namun saat istirahat anak makan makanan yang sudah dibekali oleh orang tuanya dari rumah dan hampir rata-rata setiap hari anak-anak bukan hanya dibekali makanan namun juga dibekali susu oleh para orang tuanya. Seperti kita ketahui susu merupakan minuman yang memiliki kandungan yang banyak manfaatnya bagi perkembangan anak. Banyak sekali kandungan gizi yang dapat memperbaiki dan menunjang perkembangan gizi anak. Namun kadang ada beberapa orang tua yang hanya membawakan anaknya minuman atau bahkan jajanan ringan saja.

Gambar 4.1
Status Gizi Anak Usia Dini TK Diponegoro 06 Bantarsoka Kabupaten
Banyumas.



2. Deskripsi data variabel dependen (Y) Perkembangan Kognitif Anak Usia Dini

Pada penelitian perkembangan kognitif menggunakan tes, untuk pengukuran setiap perkembangannya memiliki beberapa kategori perkembangan. Kategori perkembangan tersebut dibagi menjadi tiga golongan yakni kategori tinggi, sedang dan rendah. Berikut rumus pengkategorianya adalah:

$$\text{Tinggi} = M + 1SD \leq X$$

$$\text{Sedang} = M - 1SD \leq X < M + 1SD$$

$$\text{Rendah} = X < M - 1SD$$

Kategori tersebut didasarkan pada rata-rata ideal dan standar ideal yang diperoleh. Adapun rumus mean dan SD ideal adalah:

$$\text{Mean ideal} = -(\text{skor tertinggi} + \text{skor terendah})$$

$$= -(36 + 12)$$

$$= -48$$

$$= 24$$

$$\text{Skor ideal} = -(\text{skor tertinggi} - \text{skor terendah})$$

$$= -(36 - 12)$$

$$= -24$$

$$= 4$$

Dari perhitungan diatas diperoleh mean ideal sebesar 24 dan SD ideal sebesar 4 maka kategori variabel perkembangan kognitif anak usia dini adalah sebagai berikut:

$$\text{Tinggi} = M + 1SD \leq X$$

$$= 24 + 1.4 \leq X$$

$$= 24 + 4 \leq X$$

$$= 28 \leq X$$

$$\text{Sedang} = M - 1SD \leq X < M + 1SD$$

$$= 24 - 1.4 \leq X < 24 + 1.4$$

$$= 24 - 4 \leq X < 24 + 4$$

$$= 20 \leq X < 28$$

$$\begin{aligned}
\text{Rendah} &= X < M - 1SD \\
&= X < 24 - 1.4 \\
&= X < 24 - 4 \\
&= X < 20
\end{aligned}$$

Tabel 4.3

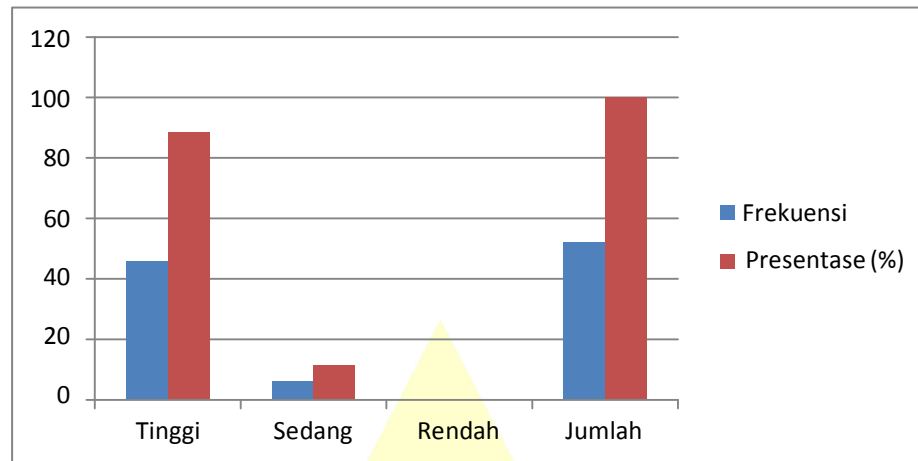
Frekuensi Kategori Perkembangan Kognitif Anak Usia Dini

Rumus	Kategorisasi	Frekuensi	Presentase (%)
$28 \leq X$	Tinggi	46	88,46
$20 \leq X < 28$	Sedang	6	11,54
$X < 20$	Rendah	0	0
	Jumlah	52	100

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa responden yang memiliki perkembangan kognitif tinggi yakni sejumlah 46 responden dengan presentase 88,46% dan responden dengan kategori sedang yakni hanya 6 responden dengan presentase 11,54%. Dari hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar perkembangan kognitif anak usia dini di TK Diponegoro 06 Bantarsoka yaitu memiliki kategori perkembangan kognitif tinggi. Penyajian data dalam bentuk diagram dari perkembangan kognitif anak usia dini di TK Diponegoro 06 Bantarsoka Kabupaten Banyumas dapat dilihat pada gambar 2.

Pada usia 5-6 tahun merupakan periode transisi antara masa bayi dan kanak-kanak maka dari itu TK diciptakan sebagai jembatan untuk menghantarkan anak untuk dapat mengenal dunia dan memperluas pengetahuannya. Pada usia ini susunan koneksi syarafnya sudah berfungsi dengan baik sehingga dapat mengkoordinasikan otak nya dengan baik pula.

Gambar 4.2
Perkembangan Kognitif Anak Usia Dini TK Diponegoro 06 Bantarsoka
Kabupaten Banyumas.



C. Analisis Uji Prasyarat

1. Uji Normalitas

Untuk mengetahui data berdistribusi normal atau tidak dapat dilihat dari angka signifikansi uji Kolmogorov-Smirnov apabila $Sig > 0,05$ menunjukkan bahwa data berdistribusi normal. Hasil uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov, yaitu sebagai berikut:

Tabel 4.4
Analisi Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		52
Normal Parameters ^a	Mean	.0000000
	Std. Deviation	1.98054849
Most Extreme Differences	Absolute	.070
	Positive	.070
	Negative	-.069
Kolmogorov-Smirnov Z		.504
Asymp. Sig. (2-tailed)		.961

a. Test distribution is Normal.

Dari tabel *One-Sampel Kolmogorov-Smirnov Test* , berdasarkan hasil uji normalitas diketahui signifikansi sebesar 0,961. Dimana nilai uji normalitas bernilai $0,961 > 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa nilai residual berdistribusi normal.

3. Uji Linieritas

Uji linieritas merupakan uji bahwa persamaan regresi antara variabel dependen dengan variabel independen adalah mengikuti linier atau garis lurus.⁶⁵ Data yang baik itu terdapat hubungan yang linier antara variabel bebas (X) dengan variabel terikat (Y).

Jika diperoleh nilai probabilitas $\geq 0,05$, maka hubungan antara variabel X dan Y adalah linier. Sebaliknya apabila nilai probabilitasnya $\leq 0,05$ maka hubungan antara variabel X dan Y adalah tidak linier. Berikut hasil dari uji linieritas:

Tabel 4.5
Anlisis Uji Linieritas

Deviation From Linearity	Sig.	Keterangan
0,270	0,05	Linier

Berdasarkan hasil diatas menjelaskan bahwa nilai probabilitasnya 0,270 yang berarti bahwa lebih besar dari 0,05 ($0,270 \geq 0,05$). Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linier antara Status Gizi dengan Perkembangan Kognitif Anak Usia Dini.

D. Pengujian Regresi Linier Sederhana

Analisis regresi linier sederhana merupakan hubungan antara variabel independen (X) dan variabel dependen (Y) secara linier. Analisis ini digunakan untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh status gizi terhadap perkembangan kognitif anak usia dini. Analisis data menggunakan SPSS16.0 *For Windows*.

⁶⁵ Edy Supriyadi, *SPSS+Amos Statistical Data...*, hlm. 59.

Tabel 4.6
Hasil Uji Regresi Linier Sederhana

		Coefficients ^a				
		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.
Model		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	18.789	1.310		14.342	.000
	Status_Gizi	.635	.067	.803	9.538	.000

a. Dependent Variable: Perkembangan_Kognitif

Dari tabel diatas diperoleh nilai koefisien konstanta sebesar 18,789 dan koefisien variabel independen (X) sebesar 0,635. Sehingga persamaan regresi dapat ditulis sebagai berikut:

$$Y = a + bX$$

$$Y = 18,789 + 0,635X$$

Dari perhitungan statistik yang telah diperoleh dapat dianalisis bahwa:

1. Pada tabel *coefficient*, $Y = a + bX$ menunjukkan nilai a adalah 18,789 sedangkan nilai b adalah 0,635 sehingga persamaan garis regresi dari pengaruh status gizi terhadap perkembangan kognitif anak usia dini dapat dinyatakan dengan $Y = 18,789 + 0,635X$. Koefisien b dinamakan koefisien arah regresi dan menyatakan perubahan rata-rata variabel Y untuk setiap perubahan variabel X sebesar satu satuan. Perubahan ini merupakan pertambahan bila b bertanda positif dan penurunan bila b bertanda negatif. Persamaan tersebut dapat dilihat bahwa koefisien regresi sebesar 0,635 menyatakan bahwa setiap penambahan satu nilai variabel X (status Gizi) dapat memberikan kenaikan pada variabel Y (perkembangan kognitif) sebesar 0,635.

2. Uji t

a. Perumusan hipotesis

Ho: Tidak Ada Pengaruh Status Gizi Terhadap Perkembangan Kognitif Anak Usia Dini di TK Diponegoro 06 Bantarsoka Kabupaten Banyumas.

Ha: Ada Pengaruh Status Gizi Terhadap Perkembangan Kognitif Anak Usia Dini di TK Diponegoro 06 Bantarsoka Kabupaten Banyumas.

b. Penetapan kriteria

Besarnya nilai untuk taraf signifikan 5% $N = 52$

$$\begin{aligned} T_{\text{tabel}} &= \alpha/2; n-k \\ &= (0,05/2; 52-2) \\ &= 0,025; 50 \\ &= 2,00856 \end{aligned}$$

c. Hasil

Hasil diperoleh menggunakan *SPSS 16.0 For Windows* yaitu 9,538.

d. Pengambilan keputusan

Jika lebih besar dari maka H_a diterima dan H_0 ditolak.

Dari perhitungan sebesar 9,538 dan sebesar 2,00856 taraf signifikan 5%, jika $>$ maka H_a diterima dan H_0 ditolak.

e. Kesimpulan

Sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel X terdapat pengaruh yang signifikan terhadap variabel Y. Dari hasil pengujian hipotesis tersebut terbukti bahwa “Ada pengaruh antara status gizi terhadap perkembangan kognitif anak usia dini di TK Diponegoro 06 Bantarsoka Kabupaten Banyumas”.

Tabel 4.7
Hasil Uji Regresi Linier Sederhana

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.803 ^a	.645	.638	2.000

a. Predictors: (Constant), Status_Gizi

Dari tabel diatas dapat disimpulkan bahwa hasil dari perolehan nilai R Square atau Koefisien Determinan yang menunjukkan seberapa bagus regresi yang dibentuk oleh interaksi variabel independen dan variabel dependen. Nilai

koefisien determinan atau R Square diperoleh sebesar 0,645 yang apabila dijadikan persentase yakni 64,5 yang berarti bahwa status gizi memiliki pengaruh terhadap perkembangan kognitif sebesar 64,5% sisanya dipengaruhi oleh berbagai faktor lain diluar penelitian ini.

E. Pembahasan

Hasil dari penelitian pengaruh status gizi terhadap perkembangan kognitif anak usia dini diperoleh data sebesar 9,538. Data yang diperoleh tersebut bersifat signifikan karena bernilai lebih besar dari yang memiliki arti bahwa status gizi berpengaruh terhadap perkembangan kognitif anak usia dini. maka dari itu hipotesis alternatif yang menyatakan bahwa “ada pengaruh antara status gizi terhadap perkembangan kognitif anak usia dini di TK Diponegoro 06 Bantarsoka Kecamatan Banyumas” diterima.

Status gizi merupakan keadaan yang diakibatkan oleh keseimbangan antara asupan zat gizi dari makanan dengan kebutuhan zat gizi yang diperlukan untuk metabolisme tubuh.⁶⁶ Maka dari itu asupan nutrisi yang tepat sangat penting untuk perkembangan dan pertumbuhan anak. Usia anak prasekolah merupakan usia dimana perkembangan otak sedang berkembang sangat pesat dan aktivitas motorik yang meningkat. Apabila nutrisi yang diberikan tidak seimbang maka perkembangan anak terhambat. Dalam jangka panjang akan menyebabkan gizi buruk terhadap anak dan mudah terserang penyakit akibat ketidak seimbangan antara asupan nutrisi pada tubuh dengan aktivitas tubuh yang meningkat pada masa usia ini.

Menurut Siti Fathimatus Zahroh jika status gizi anak balita tidak diperbaiki maka sel-sel otak tidak bisa berkembang dan sulit untuk dipulihkan. Maka dapat dipahami seberapa pentingnya asupan gizi bagi perkembangan anak. Asupan gizi melalui makanan sehat dan seimbang dapat menumbuhkan generasi yang aktif dan cerdas.⁶⁷

Pendapat Pamularsih (2009), bahwa makanan sangat berkaitan terhadap bagi tubuh terutama untuk anak sekolah yang merupakan tahap pertumbuhan

⁶⁶Titus priyo, Holil & Sugeng, *Penilaian Status Gizi...*, hlm.4.

⁶⁷Agus Wibowo, *Pendidikan Karakter Usia Dini...*, hlm. 6-8.

dan perkembangan fisik dan kecerdasan. Apabila makanan tidak cukup mengandung zat-zat gizi yang dibutuhkan, dan keadaan ini berlangsung lama maka akan menyebabkan perubahan metabolisme dalam otak, berakibat terjadi ketidakmampuan berfungsi normal. Pada keadaan yang lebih berat dan kronis, kekurangan gizi menyebabkan pertumbuhan badan terganggu, badan lebih kecil diikuti dengan ukuran otak yang juga kecil. Jumlah sel dalam otak berkurang dan terjadi ketidakmatangan dan ketidaksempurnaan organisasi biokimiadalam otak. Keadaan ini berpengaruh terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak.⁶⁸

Anak cerdas merupakan dambaan setiap orang tua maka orang tua harus memenuhi segala kebutuhan perkembangan dan pertumbuhan anak. gizi yang baik akan bermanfaat terhadap tingkat kecerdasan anak. gizi seimbang memiliki hubungan yang sangat erat terhadap kesehatan dan kecerdasan anak.

Segala bentuk pertumbuhan dan perkembangan, kecerdasan maupun keterampilan anak tidak lepas dari pertumbuhan dan perkembangan sel-sel otak. Perkembangan kognitif tidak serta merta berkembang dengan sendirinya melainkan banyak faktor-faktor yang melatarbelakanginya. Orang tua dan lingkungan menjadi penentu utama dalam perkembangan kognitif seorang anak. salah satunya pemberian nutrisi yang penting dan stimulus pembelajaran yang berarti bagi perkembangan anak. Tidak mungkin apabila nutrisi sudah terpenuhi maka dapat membuat anak menjadi cerdas, tetap saja anak membutuhkan stimulasi dari luar yang dapat diberikan oleh orang tua, guru dan masyarakat serta lingkungan yang mendukung untuk mendorong perkembangan kognitif anak sehingga anak dapat tumbuh menjadi anak yang cerdas.

Perkembangan kognitif merupakan tingkat berfikir anak yang dapat berkembang dengan optimal melalui berbagai stimulus yang diberikan. Apabila status gizi anak baik maka perkembangan kognitif anak juga baik. Aktivitas anak dan perkembangan anak sedang tumbuh sangat pesat maka dari itu jangan sampai aktivitas metabolisme tubuh mengambil zat-zat gizi penting

⁶⁸ Nadia Utari, Skripsi: *Hubungan Antara Status Gizi dengan...*, hlm. 50.

yang seharusnya untuk perkembangan otak anak. Maka sangat disarankan untuk orang tua memberikan nutrisi yang baik dan seimbang bagi anak-anaknya. Jika gizi sudah terpenuhi maka anak akan tumbuh dan berkembang dengan baik dan daya konsentrasi anak dalam belajarpun akan meningkat.



BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang peneliti lakukan tentang pengaruh status gizi terhadap perkembangan kognitif anak usia dini yaitu adanya pengaruh status gizi terhadap perkembangan kognitif anak usia dini. Pengaruh status gizi terhadap perkembangan kognitif anak usia dini sebesar 64,5% sedang 35,5% perkembangan kognitif anak usia dini dipengaruhi oleh faktor lain diluar yang diteliti. Adapun kategori status gizi baik sebanyak 47 anak, dan kategori perkembangan kognitif tinggi sebanyak 46 anak. Status gizi memiliki pengaruh terhadap perkembangan kognitif sebab apabila anak memiliki status gizi buruk maka perkembangan syaraf-syaraf otak tidak dapat berkembang dengan baik yang dapat mengakibatkan perkembangan kognitifnya menurun. Status gizi yang kurang baik bahkan buruk akan membuat anak kurang aktif dan cenderung pasif maka kegiatan anak dalam belajar akan terhambat.

B. Saran

1. Bagi Guru

Sebaiknya guru bekerjasama dengan tenaga kesehatan untuk melakukan observasi pemantauan terhadap perkembangan status gizi anak. Kerjasama antara sekolah dengan tenaga kesehatan dalam pemantauan status gizi anak sangat diperlukan juga guna mengurangi angkat kekurangan atau bahkan gizi buruk di Indonesia.

2. Orang tua responden

Sebaiknya orang tua responden lebih memperhatikan perkembangan berat badan anak atau lebih rutin untuk mengunjungi tenaga kesehatan untuk memeriksakan perkembangan status gizi anak. Dan untuk perkembangan kognitifnya orang tua harus lebih aktif dalam memberikan pembelajaran di rumah dengan cara bermain atau mendongeng agar anak lebih terstimulasi perkembangannya sehingga disekolah anak akan lebih mudah

dalam mencerna pembelajaran dan perkembangan kognitifnyapun akan lebih pesat.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang akan meneliti hal yang sama diharapkan penelitian selanjutnya lebih lengkap.



DAFTAR PUSTAKA

- Aima, Buchari. 2011. *Belajar Mudah Penelitian untuk Guru Karyawan dan Penelitan Pemula*. Bandung: Alfabeta.
- Alwi, Idrus. t.t. “Kriteria Empirik Menentukan Ukuran Sampel Pada Pengujian Hipotesis Statistik Dan Analisis Butir”. *Jurnal Formatif*. Vol.2 No.140
- Amin, Samsul Munir. 2007. *Menyiapkan Masa Depan Anak Secara Islami*. Jakarta: AMZAH.
- Ariani, Ayu Putri. 2017. *Ilmu Gizi: Dilengkapi Dengan Standar Penilaian Status Gizi dan Daftar Komposisi Bahan Makanan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Arikunto, Suharsimi. 2000. *Manajemen Penelitian*. Jakarta: PT Asdi Mahasatya.
- Auliana, Rizqie. 19 Februari 2019. *Gizi Seimbang dan Makanan Sehat Anak Usia Dini*, Disampaikan pada pertemuan Parenting Class di Islamic Baby School Playgroup and Child Care “Rumah Ibu”.
- Azwar, Saefudin. 2001. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Hardinsyah dan I Dewa Nyoman. 2017. *Ilmu Gizi Teori & Aplikasi*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Herdiansyah, Haris. 2010. *Metodologi Penelitian Kualitatif untuk Ilmu-ilmu Sosial*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Ibda, Fatimah. 2015. *Perkembangan Kognitif: Teori Jean Piaget, Intelektualita*.
- Irawan, Puguh Bodro dkk. 2016. *Official Statistics Sosial Kependudukan Dasar*. Bogor:IN MEDIA
- Khadijah. 2016. *Pengembangan Kognitif Anak Usia Dini*. Medan: Perdana Publishing.

- Kertamuda, Miftahul Achyar. 2015. *Golden Age Strategi Sukses Membentuk Karakter Emas pada Anak Sejak Usia Dini*. Jakarta: Kompas Gramedia.
- Mardalena, Ida. 2017. *Dasar-Dasar Ilmu Gizi Dalam Keperawatan Konsep dan Penerapan Pada Asuhan Keperawatan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Matondang, Zulkifli. 2009. "Validitas dan Reabilitas Suatu Instrumen Penelitian", *Jurnal Tabularasa Pps Unimed*. Vol. 6, No.1.
- Mu'min, Siti Aisyah. Januari-Juni 2013. "Teori Perkembangan Kognitif Jean Piaget", *Jurnal Al-Ta'dib*. Vol. 6 No. 1.
- Mutiah, Diana. 2010. *Psikologi Bermain Anak Usia Dini*. Jakarta: Kencana Prenada Media Grup.
- Natalia & Nilamsari. 2014. *Memahami Studi Dokumen Penelitian Kualitatif, Jurnal Wacana Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas Prof. Dr. Moestopo (Beragam)*. Jakarta: Universitas Prof. Dr. Moestopo.
- Novikasari, Ifada. 2016. *Pengujian Prasyarat Analisis*. Purwokerto: IAIN Purwokerto.
- Nyoman, I Dewa dkk. 2016. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: EGC.
- Priyo, Titus dkk. 2017. *Penilaian Status Gizi*. tk: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Rasyid, Harun dkk. *Assesmen Perkembangan Anak Usia Dini*. Yogyakarta: Gama Media.
- Retnaningrum, Wulandari. 2016. "Peningkatan Perkembangan Kognitif Anak Usia Dini Melalui Media Bermain Kancing", *Jurnal Pendidikan dan Pemberdayaan Masyarakat*. Vol. 3, No. 2.
- Rohmad. 2015. *Pengantar Statistika Panduan Praktis bagi Pengajar dan Mahasiswa*. Yogyakarta: Kalimedia.

- Rohmad. 2017. *Pengembangan Instrumen Evaluasi dan Penelitian*. Yogyakarta: Kalimedia.
- Rohmah, Noer. 2012. *Psikologi Pendidikan*. Yogyakarta: Kalimedia.
- Rusilanti dkk. 2015. *Gizi dan Kesehatan Anak Prasekolah*. Bandung: Rosdakarya.
- Sappaile, Baso Intang. 2017. "Konsep instrumen Penelitian Pendidikan", *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*. Vol. 13, No.66.
- Sarjono, Haryadi & Winda Julianita. 2013. *SPSS vs LISREL (Sebuah Pengantar: Aplikasi untuk riset*. Jakarta: Salemba Empat.
- Sovia, Emma. 2015. *Buat Anak Anda Jago Eksakta Rahasia Membuka Kecerdasan Eksakta Sejak Dini*. Yogyakarta: Diva Press.
- Sugiono. 2017. *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Supriyadi, Edy. 2014. *SPSS+Amos Statistical Data Analysis Perangkat Lunak Statistik*. Jakarta: IN MEDIA.
- Susanto, Ahmad. 2012. *Perkembangan Anak Usia Dini Pengantar dalam Berbagai Aspeknya*. Jakarta: Kencana.
- Sutarto. 2017. *Teori Kognitif dan Implikasinya dalam Pembelajaran, Islamic Counseling*.
- Suyadi & maulida ulfah. 2013. *Konsep Dasar PAUD*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Syaodih, Erna wulan. t.t. "Perkembangan Kognitif Anak Prasekolah", *Perkembangan Kognitif Anak*.
- Utari, Nadia. 2013. *Skripsi: Hubungan Antara Status Gizi dengan Pertumbuhan dan Perkembangan Kognitif Anak Usia Pra Sekolah di Desa Leung Keube*. Aceh Barat: Universitas Teuku Umar Meulaboh.

Wibowo, Agus. 2013. *Pendidikan Karakter Usia Dini (Strategi Membangun Karakter di Usia Emas)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Wiyani, Novan Ardy. 2014. *Psikologi Perkembangan Anak Usia Dini Panduan bagi Orang Tua dan Pendidik PAUD dalam Memahami serta Mendidik Anak Usia Dini*. Yogyakarta: GAVA MEDIA.

Yus, Anita. 2012. *Penilaian Perkembangan Belajar Anak Taman Kanak-Kanak*. Jakarta: KENCANA.

Zuriah, Nurul. 2006. *Metodologi penelitian Sosial dan Pendidikan*. Jakarta: PT Bumi Aksara.

