



**PENGEMBANGAN GEPUGI (*GAME* PUTAR MAKANAN
BERGIZI) UNTUK STIMULUS MAKANAN BERGIZI
ANAK USIA DINI**

SKRIPSI

Oleh:

KHILYATI UMAMI
NPM: 21901014024



**UNIVERSITAS ISLAM MALANG
FAKULTAS AGAMA ISLAM
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN ISLAM ANAK USIA DINI
2023**



**PENGEMBANGAN GEPUGI (*GAME* PUTAR MAKANAN
BERGIZI) UNTUK STIMULUS MAKANAN BERGIZI
ANAK USIA DINI**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Agama Islam Universitas Islam Malang untuk
Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam Menyelesaikan Program Sarjana (S1)
Pada Program Studi Pendidikan Islam Anak Usia Dini

Oleh:

KHILYATI UMAMI
NPM: 21901014024



UNIVERSITAS ISLAM MALANG
FAKULTAS AGAMA ISLAM
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN ISLAM ANAK USIA DINI
2023

ABSTRAK

Umami, Khilyati. 2023. *Pengembangan Gepugi (Game Putar Makanan Bergizi) untuk Stimulus Makanan Bergizi Anak Usia Dini*. Skripsi. Program Studi Pendidikan Islam Anak Usia Dini. Fakultas Agama Islam. Universitas Islam Malang. Pembimbing I: Dr. Mutiara Sari Dewi, M.Pd. Pembimbing II: Ari Kusuma Sulyandari, M.Pd.

Kata Kunci: Makanan Bergizi, Media GEPUGI (Game Putar Makanan Bergizi), Anak Usia Dini

Makanan yang bergizi sangat penting untuk anak usia dini. Namun, kesadaran makanan bergizi pada anak usai dini di RA Ar-Roudloh Singosari kurang mendapatkan perhatian khusus sehingga kebanyakan anak kurang menyukai makanan bergizi seperti nasi, sayur, ikan, lauk pauk, dan buah-buahan yang mengandung zat-zat diperlukan tubuh seperti karbohidrat, protein, lemak, vitamin, mineral, dan air. Hal ini disebabkan karena belum adanya media yang tepat untuk mengenalkan makanan bergizi pada anak usia dini.

Jenis penelitian ini yakni Penelitian dan Pengembangan atau *Research and Development* (R&D) dengan Subjek 35 anak kelompok B di RA Ar-Roudloh Singosari. Tahap pertama yang dilakukan adalah menganalisis potensi dan masalah terkait kesadaran makanan bergizi di RA Ar-Roudloh Singosari. Tahap kedua yakni melakukan pengumpulan data melalui kajian pustaka mengenai makanan bergizi. Tahap ketiga yakni membuat desain produk pengembangan media pembelajaran untuk mengenalkan makanan bergizi bagi anak usia dini. Kemudian, melakukan validasi kepada ahli gizi dan ahli media pembelajaran terkait desain yang telah dibuat untuk dilakukan revisi pada desain. Tahap selanjutnya adalah uji coba produk yang dikembangkan untuk dilakukan revisi kembali. Selanjutnya melakukan uji coba pemakaian kepada kelompok B RA Ar-Roudloh Singosari. Tahap berikutnya yakni revisi produk hingga menjadi produk akhir yang siap untuk dilakukan produksi massal.

Media tersebut telah diujikan terlebih dahulu kepada 6 anak dengan hasil menunjukkan aspek keamanan 75%, aspek kemudahan 50%, dan aspek kesenangan 62,5%. Maka, perlu dilakukan revisi kembali untuk meningkatkan ketiga aspek tersebut. Setelah melakukan revisi, tahap selanjutnya adalah uji coba pemakaian kepada 35 anak kelompok B di RA Ar-Roudloh Singosari yang menunjukkan hasil aspek keamanan 76%, aspek kemudahan 82%, dan aspek kesenangan 80%. Setelah itu dilakukan revisi produk pada beberapa bagian sehingga dapat melakukan tahap akhir pengembangan yakni produksi massal media GEPUGI (Game Putar Makanan Bergizi). Dalam tahap ini, dilakukan percobaan media di kelompok B RA Al-Aminah sebagai pembanding. Adapun hasil yang didapatkan adalah aspek keamanan 83%, aspek kemudahan 92%, dan aspek kesenangan 88%. Data tersebut menunjukkan bahwa media GEPUGI (Game Putar Makanan Bergizi) sangat baik dan dapat digunakan.

ABSTRACT

Umami, Khilyati. 2023. *Gepugi Development (Nutritious Food Play Game) for Early Childhood Nutritious Food Stimulus*. Thesis. Early Childhood Islamic Education Study Program. Faculty of Islamic Religion. Islamic University of Malang. Supervisor I: Dr. Mutiara Sari Dewi, M.Pd. Supervisor II: Ari Kusuma Sulyandari, M.Pd.

Keywords: Nutritious Food, GEPUGI Media (Nutritious Food Play Game), Early Childhood

A nutritious diet is very important for early childhood. However, awareness of nutritious food in children after an early age in RA Ar-Roudloh Singosari does not get special attention so that most children do not like nutritious foods such as rice, vegetables, fish, side dishes, and fruits that contain substances needed by the body such as carbohydrates, proteins, fats, vitamins, minerals, and water. This is because there is no appropriate media to introduce nutritious food in early childhood.

This type of research is Research and Development (R&D) with the subject of 35 group B children in RA Ar-Roudloh Singosari. The first stage carried out was to analyze the potential and problems related to the awareness of nutritious food in RA Ar-Roudloh Singosari. The second stage is to collect data through literature review on nutritious food. The third stage is to design learning media development products to introduce nutritious food for early childhood. Then, validate to nutritionists and learning media experts related to the design that has been made to revise the design. The next stage is the trial of the product developed for revision. Furthermore, conducting usage trials to group B RA Ar-Roudloh Singosari. The next stage is the revision of the product until it becomes the final product that is ready for mass production.

The media has been tested first on 6 children with the results showing 75% safety aspects, 50% convenience aspects, and 62.5% fun aspects. Therefore, it is necessary to revise again to improve these three aspects. After revising, the next stage was a trial of use for 35 group B children in RA Ar-Roudloh Singosari which showed the results of 76% safety aspects, 82% convenience aspects, and 80% fun aspects. After that, product revisions were carried out in several parts so that it could carry out the final stage of development, namely mass production of GEPUGI (Nutritious Food Play Game) media. In this stage, media experiments were carried out in group B RA Al-Aminah as a comparison. The results obtained are the security aspect 83%, the convenience aspect 92%, and the fun aspect 88%. The data shows that GEPUGI (Nutritious Food Play Game) media is very good and can be used.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Berdasarkan *National Association for the Education Young Children* (NAEYC), anak usia dini atau “*early childhood*” merupakan anak dengan rentang usia 0 – 8 tahun. Sedangkan, jika dalam Permendikbud No. 146 Tahun 2014 tentang Kurikulum 2013 Pendidikan Anak Usia Dini menyatakan bahwa Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) merupakan suatu upaya pembinaan yang ditujukan kepada anak sejak lahir hingga usia 6 tahun yang dilakukan melalui pemberian rangsangan pendidikan yang bertujuan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani rohani agar anak memiliki kesiapan dalam memasuki pendidikan lebih lanjut. Pada rentang usia tersebut, anak mengalami proses pertumbuhan dan perkembangan dalam berbagai aspek di dalam segala rentang kehidupan manusia. Dalam periode usia ini pula anak mengalami perjalanan yang penting bagi pertumbuhan otak, intelegensi, kepribadian, memori, dan sebagainya (Susanto, 2017). Segala perkembangan tersebut didukung oleh berbagai macam faktor, salah satunya adalah makanan yang dikonsumsi anak. Makanan sangat berpengaruh pada pertumbuhan dan perkembangan anak.

Makanan yang bergizi sangat penting untuk anak usia dini untuk membantu proses pertumbuhan dan perkembangan fisik maupun mental, pada usia ini otak anak mudah merespon berbagai hal dan akan menjadi

dasar kehidupannya di masa mendatang. Perlu diketahui bahwa anak dengan usia dini atau prasekolah bertumbuh lebih besar dengan presentasi kenaikan tinggi dan berat badan mengalami penurunan tiap tahun berikutnya. Anak perempuan lebih kecil dan lebih ringan jika dibandingkan dengan anak laki-laki, perempuan memiliki jaringan lemak yang lebih banyak, sedangkan laki-laki memiliki jaringan otot yang banyak. Hal tersebut dipengaruhi oleh hereditas serta asupan gizi anak. Pertumbuhan dan perkembangan anak disesuaikan dengan gizi yang diterima anak. Sebanyak 50% perkembangan pada anak dialami ketika mereka menginjak usia 0 – 4 tahun yang dilanjutkan pada usia 8 tahun terjadi 80% kapasitas kecerdasan anak. Oleh karena itu, berbagai pengetahuan dan keterampilan dasar untuk kehidupan yang salah satunya adalah pengetahuan tentang makanan bergizi sebaiknya dikenalkan ketika anak menginjak usia dini (Inten & Permatasari, 2019).

Berdasarkan kajian mengenai pentingnya makanan bergizi tersebut, sudah semestinya memberikan edukasi kepada anak usia dini mengenai makanan bergizi agar mereka terbiasa untuk makan makanan yang bergizi. Namun, didasarkan pada observasi yang dilakukan di kelompok B RA Ar-Roudloh Singosari, didapatkan temuan bahwa: 1) sebagian besar peserta didik mengkonsumsi makanan instan berupa mi instan setiap hari, 2) mereka tidak suka mengkonsumsi makanan bergizi, misalnya beberapa lauk pauk, sayur, dan buah, 3) mereka belum mengenal tentang makanan bergizi, 4) belum pernah dilaksanakan pembelajaran tentang makanan bergizi kepada

peserta didik menggunakan media yang sesuai, 5) belum adanya kesadaran orang tua untuk mengajarkan anaknya makan makanan yang bergizi.

Pengetahuan akan makan makanan yang bergizi harus diusahakan untuk distimulasi agar anak senantiasa terbiasa mengkonsumsinya. Hal ini diharapkan mampu memaksimalkan pertumbuhan dan perkembangan mereka. Dari pernyataan tersebut, peneliti melakukan pengembangan pembelajaran pengenalan makanan bergizi melalui permainan yang disebut dengan GEPUGI atau game putar makanan bergizi. Berdasarkan penelitian dari Kustiawan (2016), terdapat jenis media pembelajaran sederhana yang berupa media pembelajaran 2 dimensi dan 3 dimensi. Media pembelajaran 2 dimensi terdiri dari media grafis, media papan, dan media cetak. Sedangkan, untuk media pembelajaran 3 dimensi terdiri dari media benda asli dan media benda tiruan.

Dalam hal ini, game ini termasuk dalam media pembelajaran 3 dimensi karena bentuk dari game ini merupakan benda asli dan memiliki ukuran panjang, lebar, dan tinggi. Dalam permainan ini peserta didik akan melakukan permainan dengan memutar papan yang terdapat gambar makanan bergizi yang telah disediakan. Pentingnya penggunaan media pembelajaran visual yang berupa game papan tersebut adalah untuk memudahkan guru dalam menyampaikan materi kepada peserta didik. Adapun kelebihan dari penggunaan media ini adalah dapat meningkatkan motivasi belajar peserta didik. Selaras dengan penelitian dari Hae et al. (2021) yang menyatakan bahwa dengan menggunakan media pembelajaran yang sesuai karakteristik peserta didik dapat mendorong motivasi belajar

mereka. Media pembelajaran juga dapat memudahkan peserta didik memahami materi, menjadikan pembelajaran lebih bervariasi dan tidak membosankan. Namun, kelemahan penggunaan media pembelajaran ini adalah membutuhkan waktu dan biaya yang lebih banyak.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang permasalahan di atas, maka dirumuskan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana kesadaran makan makanan bergizi anak usia dini di RA Ar-Roudloh Singosari?
2. Bagaimana pengembangan GEPUGI (*Game* Putar Makanan Bergizi) untuk stimulus makanan bergizi anak usia dini?

C. Tujuan Pengembangan Proyek

Berdasarkan paparan di atas, tujuan dari penelitian dan pengembangan proyek ini adalah untuk mengembangkan pembelajaran mengenai makanan bergizi melalui permainan GEPUGI atau *game* putar makanan bergizi untuk peserta didik kelompok B RA Ar-Roudloh Singosari yang diharapkan mudah dilakukan, menyenangkan, aman, sehingga mampu dipahami oleh peserta didik.

D. Spesifikasi Produk yang Diharapkan

Produk yang dikembangkan merupakan salah satu alternatif dari pemecahan masalah di atas yang berupa pengenalan makanan bergizi melalui permainan GEPUGI atau game putar makanan bergizi yang diharapkan mampu meningkatkan kesadaran mereka akan makanan bergizi sehingga pertumbuhan dan perkembangan mereka dapat maksimal. Adapun spesifikasinya adalah sebagai berikut:

1. Dalam aktivitas ini menggunakan papan permainan putar berbentuk bulat dengan masing-masing peserta didik memutar papan tersebut untuk memainkannya.
2. Aktivitas pembelajaran sesuai dengan tema “Diriku” yang sesuai dengan kurikulum RA/TK.
3. Sebelum memulai kegiatan pembelajaran, guru menginstruksikan cara permainan tersebut.
4. Guru mengarahkan peserta didik satu per satu untuk bermain dengan memutar indikator pada papan, ketika indikator tersebut berhenti pada suatu gambar makanan bergizi maka guru dapat memberikan pertanyaan terkait nama makanan tersebut.
5. Guru menjelaskan terkait makanan bergizi yang ada pada papan tersebut, mulai dari nama makanan hingga manfaatnya.

E. Pentingnya Pengembangan

Melalui kegiatan pembelajaran ini, diharapkan dapat bermanfaat untuk berbagai pihak di antaranya adalah sebagai berikut:

1. Bagi Peserta Didik

Melalui kegiatan pembelajaran ini peserta didik diharapkan mampu mengenal sehingga terbiasa makan makanan yang bergizi untuk memenuhi kebutuhan asupan gizi untuk menunjang pertumbuhan dan perkembangan secara optimal.

2. Bagi Pendidik PAUD

Melalui kegiatan pengembangan ini diharapkan mampu memudahkan guru untuk memberikan penjelasan kepada peserta didik di PAUD mengenai makanan bergizi.

3. Bagi Lembaga PAUD

Hasil penulisan ini diharapkan mampu menjadi pemilihan aktivitas untuk pengenalan makanan bergizi kepada anak usia dini sehingga pertumbuhan dan perkembangan mereka dapat maksimal.

4. Bagi Dunia Pendidikan

Memberikan kontribusi untuk memperkaya ilmu pengetahuan dalam bidang pendidikan sehingga dapat dijadikan acuan untuk memberikan stimulasi pengenalan makanan bergizi melalui kegiatan bermain GEPUGI atau game putar makanan bergizi bagi anak kelompok B.

5. Bagi Peneliti

Menambah pengetahuan serta pengalaman yang berharga untuk dapat diterapkan dalam pendidikan khususnya untuk pendidikan anak usia dini.

6. Bagi Peneliti Lain

Dapat dijadikan referensi penulisan guna melakukan kajian yang lebih mendalam.

F. Asumsi dan Keterbatasan Pengembangan

1. Dalam penelitian dan pengembangan pembelajaran terkait pengenalan makanan bergizi kepada anak usia dini berbasis permainan GEPUGI atau game putar makanan bergizi, peneliti memiliki beberapa asumsi sebagai berikut:

- a. Pembelajaran mengenai makanan bergizi menggunakan GEPUGI atau game putar makanan bergizi belum pernah dilakukan pada peserta didik di RA Ar-Roudloh Singosari.
- b. Pembelajaran mengenai makanan bergizi menggunakan GEPUGI atau game putar makanan bergizi dapat dilaksanakan oleh peserta didik di RA Ar-Roudloh Singosari.
- c. Pembelajaran mengenai makanan bergizi menggunakan GEPUGI atau game putar makanan bergizi dapat meningkatkan kesadaran peserta didik di RA Ar-Roudloh Singosari akan makan makanan bergizi.

2. Keterbatasan dalam penelitian dan pengembangan pembelajaran terkait pengenalan makanan bergizi kepada anak usia dini berbasis permainan GEPUGI atau game putar makanan bergizi adalah:

- a. Melakukan uji coba produk hanya di satu sekolah.

- b. GEPUGI atau game putar makanan bergizi hanya untuk anak usia dini.
- c. Dalam GEPUGI atau game putar makanan bergizi menu terbatas

G. Definisi Istilah

Definisi operasional dalam penelitian bertujuan untuk memberikan berbagai batasan istilah yang digunakan dengan tujuan agar tidak terjadi kesalahan dalam pemahaman. Adapun batasan-batasan istilah adalah sebagai berikut:

1. GEPUGI atau game putar makanan bergizi merupakan media permainan yang berbentuk lingkaran yang dapat diputar dan memiliki indikator atau penanda sebagai penanda untuk berhentinya perputaran papan.
2. Kesadaran merupakan kondisi terjaga atau mampu mengerti sesuatu yang sedang terjadi. Kesadaran juga diartikan sebagai segala ide, perasaan, pendapat, dan sebagainya yang dimiliki oleh individu atau sekelompok orang. Kesadaran juga diartikan sebagai pemahaman atau pengetahuan seseorang mengenai dirinya dan keberadaan dirinya.
3. Makanan bergizi merupakan makanan yang dapat memenuhi kebutuhan gizi yang diperlukan oleh tubuh manusia.

BAB V

PENUTUP

A. Kesadaran Makan Makanan Bergizi Anak Usia Dini di RA Ar-Roudloh Singosari

RA Ar-Roudloh Singosari merupakan pendidikan untuk anak usia dini yang berada di Desa Dengkol, Kecamatan Singosari, Kabupaten Malang. Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan mengenai kesadaran akan makanan bergizi, masih ditemukan beberapa peserta didik yang jajan sembarangan, makanan yang dikonsumsi belum memenuhi “isi piringku” atau makanan bergizi seimbang, dan kegiatan pembelajaran belum menggunakan media interaktif sehingga peserta didik kurang memahami mengenai makanan bergizi. Maka dari itu, dilakukan pengembangan media pembelajaran GEPUGI untuk mengenalkan makanan bergizi kepada anak usia dini. Melalui permainan ini, anak juga dapat mencoba makanan bergizi secara langsung.

B. Pengembangan GEPUGI (Game Putar Makanan Bergizi) untuk Stimulus Makanan Bergizi Anak Usia Dini

GEPUGI (Game Putar Makanan Bergizi) adalah hasil pengembangan media pembelajaran yang berbentuk dua lingkaran sempurna, kaki penyangga, dan ujung produk telah diperhalus sehingga aman digunakan. Menu di dalamnya berisi jenis karbohidrat pada lingkaran luar dan jenis lauk pauk hingga buah pada lingkaran dalam. Adanya menu karbohidrat ini yang

terdiri dari nasi, roti, singkong, ubi, jagung, dan mi didasarkan pada penelitian Aryulina, et al. (2006) yang menyatakan bahwa karbohidrat menjadi sumber energi, mengatur metabolisme, menjaga keseimbangan asam, dan membentuk struktur sel. Menurut Aryulina, et al. (2006), lauk pauk terdiri dari daging sapi, telur, tahu, tempe, ayam, ikan, udang, dan sayur mayur yang mengandung lemak dapat memelihara suhu tubuh, melindungi tubuh, rasa kenyang, mengangkut vitamin, sumber asam lemak esensial, dan menyusun membran sel. Lauk pauk yang mengandung protein menurut Sudjadi & Laila (2007) berguna untuk pertumbuhan dan memelihara jaringan tubuh. Sedangkan buah terdiri dari pisang, pepaya, melon, dan jeruk yang mengandung vitamin, mineral, dan air menurut Sudjadi & Laila (2007) berfungsi banyak bagi tubuh misalnya membentuk hormon, memelihara tulang dan gigi, pengatur suhu, dan sebagainya.

Produk ini telah diuji pada RA Ar-Roudloh Singosari untuk menunjang kemampuan kognitif mereka dalam mengenal makanan bergizi. Respon yang diberikan oleh peserta didik kelompok B RA Ar-Roudloh Singosari adalah mereka mudah memahami berbagai jenis makanan bergizi dan senang untuk belajar karena dilakukan dengan bermain. Selaras dengan penelitian Fadlillah (2017) bahwa bermain bagi anak usia dini merupakan kebutuhan alamiah untuk bersenang-senang dan belajar. Selanjutnya, menurut penelitian dari Sulyandari et al. (2021) gizi memiliki peran penting dalam pertumbuhan dan perkembangan anak. Asupan gizi pada anak harus disesuaikan dengan kebutuhan anak karena mereka memiliki aktivitas yang padat dan berguna untuk menunjang kemampuan kognitifnya. Respon yang

mereka tunjukkan ketika mencoba makanan bergizi adalah mereka tertarik untuk mencobanya karena makanan yang disajikan cukup beragam.

Didasarkan juga pada hasil observasi terhadap 35 anak kelompok B RA Ar-Roudloh Singosari, didapatkan hasil presentase aspek keamanan sebanyak 76%, aspek kemudahan sebanyak 82%, dan aspek kesenangan sebanyak 80%. Untuk membandingkan hasil tersebut maka dilakukan observasi kepada kelompok B RA Al-Aminah didapatkan hasil presentase aspek keamanan sebanyak 83%, aspek kemudahan sebanyak 92%, dan aspek kesenangan sebanyak 88%. Dari data tersebut, dapat dianalisis berdasarkan pendapat dari Ridwan (2004) yang menyatakan bahwa jika presentase menunjukkan sebanyak 75% - 100% maka dinyatakan media pembelajaran GEPUGI (Game Putar Makanan Bergizi) sangat baik dan dapat digunakan.

C. Saran-Saran

Adapun kelebihan GEPUGI adalah mudah dikembangkan oleh guru; media pembelajaran yang berbasis permainan sehingga tidak mudah membuat peserta didik bosan; membuat peserta didik aktif untuk memainkan permainan; peserta didik dapat mengenal makanan bergizi dengan konsep yang konkrit karena mereka dapat langsung mencoba makanan bergizi yang ada pada papan; serta menyenangkan bagi peserta didik. Namun, terdapat juga kekurangan dalam media ini yang diharapkan dapat disempurnakan antara lain membutuhkan media berbahan triplek yang tebal sehingga membutuhkan keahlian khusus untuk membentuknya; bahan kurang aman digunakan untuk anak usia dini jika tidak dilapisi

pengaman sehingga membutuhkan biaya tambahan, serta waktu pembelajaran relatif banyak.

Berikut saran-saran yang dikemukakan untuk pemanfaatan dan saran pengembangan lebih lanjut:

1. Saran pemanfaatan

Produk penelitian dan pengembangan berupa GEPUGI (Game Putar Makanan Bergizi) digunakan sebagai salah satu media pembelajaran untuk menunjang kegiatan pembelajaran di RA/TK. Pemanfaatannya perlu mempertimbangkan nilai kandungan gizi dan saran penyajian makanan sesuai dengan porsi isi piringku sesuai usia anak usia dini. Produk yang ditujukan untuk anak di RA. Arroudloh dapat disajikan pada semua anak baik kelompok A maupun kelompok B, serta dapat digunakan disekolah lain, sesuai materi pembelajaran tema Diriku.

2. Saran Pengembangan Lebih Lanjut

Untuk penelitian dan pengembangan lebih lanjut, peneliti memiliki saran untuk peneliti selanjutnya antara lain:

- a. Menggunakan media yang lebih mudah dibentuk sehingga tidak mempersulit pengembang.
- b. Menggunakan media yang lebih aman untuk anak usia dini.
- c. Tidak menggunakan media kepada banyak peserta didik karena kurang efektif.
- d. Cocok digunakan untuk anak usia 6 – 7 tahun atau kelompok B TK/RA.

DAFTAR PUSTAKA

- Arrahman, H. (2018). *Uji Kandungan karbohidrat Pada Nasi Putih dari Beras Cianjur dan Garut yang Dimasak dan Disimpan Menggunakan Magic Jar*. Bandung: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Pasundan.
- Aryulina, D., Muslim, C., Manaf, S., & Winarni, E. W. (2006). *Biologi* (C. E. Wijayanti (ed.)). Penerbit Erlangga.
- Fadhallah, R. A. (2021). *Wawancara*. Jakarta: UNJ Press.
- Fadlillah, M. (2017). *Bermain dan Permainan Anak Usia Dini*. Jakarta: Kencana.
- Hae, Y., Tantu, Y. R. P., & Widiastuti. (2021). Penerapan Media Pembelajaran Visual dalam Membangun Motivasi Belajar Siswa Sekolah Dasar. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 3(4), 1177–1184. DOI: <https://edukatif.org/index.php/edukatif/article/view/522>
- Ibrahim, A. R., Suharman, A., & Sari, D. K. (2021). *Bahan Ajar Kimia Pangan Konstruktivisme 5 Fase Needham*. Palembang: Bening Media Publishing.
- Inten, D. N., & Permatasari, A. N. (2019). Literasi Kesehatan pada Anak Usia Dini melalui Kegiatan Eating Clean. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 3(2), 366–376. DOI: <https://doi.org/10.31004/obsesi.v3i2.188>
- Jalinus, N. & Ambiyar. (2016). *Media dan Sumber Pembelajaran*. Jakarta: Kencana.
- Khairi, H. (2018). Karakteristik Perkembangan Anak Usia Dini dari 0-6 Tahun. *Jurnal Warna*, 2(2), 15–28. Diakses dari: ejournal.iaiiig.ac.id/index.php/warna/article/download
- Kustandi, C. & Darmawan, D. (2020). *Pengembangan Media Pembelajaran: Konsep dan Aplikasi Pengembangan Media Pembelajaran Bagi Pendidik di Sekolah dan Masyarakat*. Jakarta: Kencana.
- Kustiawan, U. (2016). *Pengembangan Media Pembelajaran Anak Usia Dini*. Malang: Penerbit Gunung Samudera.
- Madja. (2007). *Perbandingan Kadar Kolesterol Menggunakan Serum dan Plasma*.
- Muchtadi, D. (2009). *Pengantar Ilmu Gizi*. Bandung: Alfabeta.
- Munasib, & Sa'dudin, I. (2019). Makanan Higienis dan Bergizi dalam Perspektif Agama Islam. *Jurnal Tawadhu*, 3(1), 708–717. DOI: <https://ejournal.iaiiig.ac.id/index.php/TWD/article/view/142>

- Nurfadhilah, S. (2021). *Media Pembelajaran: Pengertian Media Pembelajaran, Landasan, Fungsi, Manfaat, Jenis-Jenis Media Pembelajaran, dan Cara Penggunaan Kedudukan Media Pembelajaran*. Sukabumi: CV Jejak.
- Pujaastawa, I. B. G. (2016). *Teknik Wawancara dan Observasi untuk Pengumpulan Bahan Informasi*. Universitas Udayana.
- Ridwan (2004) *Metode Riset*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sari, M. H. N., Mukhoirotin, Louis, S. L., Zuraidah, Dewi, S. S. S., Aswan, Y., Wijayanti, Humaira, W., Suryani, Simanjuntak, R. R., & Argaheni, N. B. (2022). *Gizi dalam Kebidanan* (A. Karim (ed.)). Yayasan Kita Menulis.
- Sudjadi, B., & Laila, S. (2007). *Biologi: Sains dalam Kehidupan* (Zuneldi (ed.)). Jakarta: Yudhistira.
- Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sulyandari, A. K., Ummah, S., & Haniyah, S. (2021). Pengaruh Peaky Eater Terhadap Perkembangan Kognitif Anak Prasekolah. *Proceeding IConIGC: International Conference on Islamic and Global Civilization*, 54–62.
- Susanto, A. (2017). *Pendidikan Anak Usia Dini (Konsep dan Teori)*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Triana, V. (2006). Macam-Macam Vitamin dan Fungsinya dalam Tubuh Manusia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 1(1), 40–47. DOI: <https://doi.org/https://doi.org/10.24893/jkma.v1i1.9>
- Wahyuningsih, N., Martiningsih, S. T., & Supriyanto, A. (2021). *Makanan Sehat dan Bergizi Bagi Tubuh*. Yogyakarta: K-Media.
- Winarno, F. G. (2004). *Kimia Pangan dan Gizi*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Zaini, A. (2015). Bermain sebagai Metode Pembelajaran bagi Anak Usia Dini. *ThufuLA: Jurnal Inovasi Pendidikan Guru Raudhatul Athfal*, 3(1), 118–134. DOI: <https://doi.org/10.21043/thufula.v3i1.4656>
- Zaini, H. & Dewi, K. (2017). Pentingnya Media Pembelajaran untuk Anak Usia Dini. *Raudhatul Athfal: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 1(1), 81-96. DOI: <https://doi.org/10.19109/ra.v1i1.1489>