

## **The Impact of the Healthy and Nutritious Food Program on Gross Motor Development in 2-3 Year Old Children at Abdurrahman Bin Auf Kindergarten, East Jakarta**

Annisa Dwi Haryani<sup>1)</sup>, Eva Riza<sup>2)\*</sup>

<sup>1,2)</sup> Program Studi S1 PAUD, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Mohammad Husni Thamrin

**Correspondence author :** [evafideza@gmail.com](mailto:evafideza@gmail.com)

**DOI:** <https://doi.org/10.37012/jipmht.v9i2.3209>

### **Abstract**

*Gross motor development of children is very important for the survival of children because if it is disturbed, the child will experience inhibition of the child's movement which is influenced by the nerve muscles themselves, for example walking, running, jumping and others. Gross motor development can develop well and optimally if the food intake we eat is balanced and fulfilled, therefore the importance of providing nutritional intake. This study aims to determine the impact of a healthy and nutritious food program on the gross motor skills of children aged 2-3 years at Abdurrahman Bin Auf Kindergarten, East Jakarta. Gross motor development in early childhood is an important aspect that is closely related to physical readiness, health, and the child's ability to carry out daily activities. The results of the study indicate that a healthy and nutritious food program has a significant positive impact on children's gross motor skills, including balance, coordination, and specific abilities such as walking, running, and jumping. This study uses a qualitative method with a case study approach. This study involved interviews with the principal, teachers, and parents, as well as direct observation of children's gross motor skills. The study results showed that children who participated in a healthy and nutritious food program had better gross motor skills than those who did not. This study recommends that healthy and nutritious food programs be continued and enhanced to improve gross motor skills in children aged 2-3 years.*

**Keywords:** Child Nutrition, Early Childhood 2-3 years, Balance and Coordination, Gross Motor Skills, Healthy Food Program

### **ABSTRAK**

Perkembangan motorik kasar anak sangat penting untuk keberlangsungan hidup anak karena jika terganggu anak akan mengalami terhambatnya gerak anak tersebut dipengaruhi oleh otot syaraf itu sendiri contohnya berjalan, berlari, berlompat dan lainnya. Perkembangan motorik kasar dapat berkembang dengan baik dan maksimal jika asupan makanan yang kita makan seimbang dan terpenuhi, oleh karena itu pentingnya pemberian asupan gizi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dampak program makanan sehat dan bergizi terhadap kemampuan motorik kasar anak usia 2-3 tahun di TK Abdurrahman Bin Auf Jakarta Timur. Perkembangan motorik kasar pada anak usia dini merupakan aspek penting yang berkaitan erat dengan kesiapan fisik, kesehatan, serta kemampuan anak dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Hasil penelitian menunjukkan bahwa program makanan sehat dan bergizi memiliki dampak positif signifikan terhadap kemampuan motorik kasar anak, termasuk keseimbangan, koordinasi, dan kemampuan spesifik seperti berjalan, berlari, dan melompat. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Penelitian ini melibatkan wawancara dengan kepala sekolah, guru, dan orang tua, serta observasi langsung terhadap kemampuan motorik kasar anak. Hasil penelitian menunjukkan bahwa anak-anak yang mengikuti program makanan sehat dan bergizi memiliki kemampuan motorik kasar yang lebih baik dibandingkan dengan yang tidak. Penelitian ini merekomendasikan bahwa program makanan sehat dan bergizi perlu dilanjutkan dan ditingkatkan untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia 2-3 tahun.

**Keywords:** Gizi Anak, Anak Usia Dini 2-3 tahun, Keseimbangan dan Koordinasi, Kemampuan Motorik Kasar, Program Makanan Sehat

## PENDAHULUAN

Perkembangan motorik kasar anak sangat penting untuk keberlangsungan hidup anak karena jika terganggu anak akan mengalami terhambatnya gerak anak tersebut dipengaruhi oleh otot syaraf itu sendiri contohnya berjalan, berlari, berlompat dan lainnya. Sejalan dengan itu mengenai perkembangan motorik kasar harus berkembang dengan baik, karena akan menimbulkan berbagai gangguan penyakit , ketika perkembangan motorik kasar tidak berkembang dengan baik, contohnya cerebral palsy atau biasa disebut gangguan gerakan otot. Perkembangan motorik kasar dapat berkembang dengan baik dan maksimal jika asupan makanan yang kita makan seimbang dan terpenuhi, oleh karena itu pentingnya pemberian asupan gizi.

Gizi merupakan faktor kunci dalam menentukan tumbuh kembang anak usia dini. dimana nutrisi yang cukup dan seimbang sangat krusial untuk mencapai potensi maksimal anak. Kekurangan gizi pada periode ini dapat berdampak serius dan jangka panjang, mengakibatkan gangguan pada pertumbuhan dan perkembangannya. Oleh karena itu perhatian serius terhadap gizi anak usia dini sangat penting. Pemenuhan kebutuhan gizi yang optimal sejak dini akan memberikan pondasi yang kuat bagi pertumbuhan dan perkembangan anak, menghasilkan generasi penerus bangsa yang sehat, cerdas, dan produktif. Upaya peningkatan gizi anak usia dini memerlukan pendekatan yang komprehensif yang melibatkan berbagai pihak, termasuk pemerintah, tenaga kesehatan, keluarga dan masyarakat.

Gizi yang seimbang merupakan kunci utama kesehatan, konsep ini menekankan pentingnya mengonsumsi berbagai jenis makanan dalam jumlah proporsional untuk memenuhi kebutuhan nutrisi tubuh. Tidak hanya kalori, gizi seimbang juga memastikan asupan gizi makro seperti ( karbohidrat, protein, lemak) dan zat gizi mikro seperti ( vitamin dan mineral) yang seimbang, makanan yang bisa menunjang pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini di antara nya adalah makanan pokok, lauk pauk, sayur- sayuran, buah-buahan, minyak dan lemak sehat, dan air putih. Kekurangan salah satu kelompok makanan di atas dapat menyebabkan defisiensi nutrisi dan berbagai masalah kesehatan. Oleh karena itu penting memperhatikan komposisi makanan sehari-hari agar tercipta gizi seimbang yang mendukung kesehatan dan produktivitas. Gaya hidup sehat termasuk aktivitas fisik yang cukup, juga merupakan bagian penting dari pola hidup sehat yang terintegrasi dengan gizi seimbang. Maka dari itu kebutuhan nutrisi anak-anak usia dini sangat berbeda dengan orang dewasa. Tubuh mereka membutuhkan asupan nutrisi penting yang seimbang untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan yang pesat. Kekurangan vitamin dan mineral yang penting dapat menyebabkan pertumbuhan yang terhambat, kekebalan tubuh yang lemah,

kesulitan belajar, dan peningkatan kerentanan terhadap penyakit kronis.

Di Indonesia, masalah gizi buruk pada anak masih menjadi tantangan besar. Data menunjukkan masih tingginya angka balita yang mengalami gizi kurang dan gizi buruk, terutama di daerah-daerah dengan akses terhadap makanan bergizi. Menurut Kementerian Kesehatan dalam *Panduan Hari Gizi Nasional ke 64 Tahun (2024)* angka stunting di Indonesia masih cukup tinggi yaitu 21,6% berdasarkan hasil Survey Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022, walaupun terjadi penurunan dari tahun sebelumnya yaitu 24,4% tahun 2021, namun masih perlu upaya besar untuk mencapai target penurunan stunting pada tahun 2024 sebesar 14%. Data tersebut membuktikan bahwa masa kanak-kanak merupakan periode kritis untuk pertumbuhan dan perkembangan, supaya pertumbuhan dan perkembangan seorang anak usia dini itu baik maka di butuhkan nutrisi yang berperan penting dalam perkembangan fisik maupun kognitifnya. Anak yang bergizi baik lebih cenderung berprestasi lebih baik secara akademis, memiliki kekebalan tubuh yang kuat dan berkembang, dan bisa menjadi orang dewasa yang sehat.

Anak usia dini memiliki standar perkembangan yang sesuai dengan usianya sebagai acuan agar orang tua dapat mengoptimalkan pertumbuhan asupan gizinya. Pada usia 0 bulan (baru lahir) sampai dengan 6 tahun, merupakan periode emas atau *golden age* bagi anak dalam setiap perkembangan dan pertumbuhannya, maka dari itu dapat dilakukan penilaian dalam asupan gizi yang diberikan kepada anak. Tahap perkembangan anak usia dini biasa disebut *consumer pasif*, atau dalam kata lain adalah setiap asupan gizi yang ada pada makanan yang diterima anak yang di berikan baik dari orang tua, ataupun pengasuhnya.

Untuk mewujudkan hal ini salah satu upaya yang perlu orang tua lakukan adalah mengenal dan membiasakan anak-anaknya untuk hidup sehat. Dengan menerapkan hidup sehat sejak dini, anak akan lebih mudah di arahkan untuk mencoba makanan-makanan yang bergizi dan sehat yang baik untuk pertumbuhan mereka. Sebab di usia dinilah anak mulai mengalami fase pertumbuhan dan perkembangan. Penulis juga banyak menemukan masih banyak orang tua yang masih awam dan tidak peduli dengan apa saja yang dimakan oleh anak nya, sehingga banyak kasus yang terjadi selama ini menjadikan anak usia dini sebagai korban kelalaian orang tua yang belum mau belajar mengenai penting nya mengkonsumsi makanan sehat bagi anak usia dini. Sebagai contoh banyak anak yang masih berusia belia dan sudah dikenalkan makanan atau jajanan yang banyak mengandung pemanis buatan, pengawet bahkan pewarna sintetis dalam pengolahan nya.

Hal itu sangat disayangkan karena makanan-makanan tersebut tidak lah harus dikenalkan sedini mungkin pada anak yang masih dalam fase pertumbuhan yang pesat. Sebagian orang dewasa saja

bahkan mengalami dampak setelah mengkonsumsi makanan atau jajanan yang kurang sehat seperti terserang batuk, pilek, demam bahkan alergi, padahal imun tubuh yang ada pada diri orang dewasa saja sudah lebih kuat di banding anak-anak. Lalu bagaimana tubuh anak-anak yang sudah terpapar makanan- makanan yang tidak sehat, sedangkan anak usia dini memiliki karakteristik keingin tahanan yang tinggi, sehingga hal tersebut dapat menjadi boomerang bagi orang tua nya yang telah lalai memperkenalkan makanan makanan yang tidak sehat tersebut. Seperti anak mengalami kecanduan makanan pemanis buatan, atau pewarna buatan yang mengandung pengawet yang tinggi.

Makanan yang bergizi dapat mempengaruhi perkembangan anak usia dini hal ini menjadi salah satu perkara penting dalam setiap pengamatan yang dilakukan oleh orang tuanya baik sejak dalam kandungan yang masih berupa janin sampai anak tersebut lahir ke dunia. Bertambahnya perkembangan anak usia dini baik itu berdasarkan fisiknya maupun psikisnya merupakan buah hasil dari penerapan makan makanan sehat dan bergizi yang diterapkan orang tua kepada anaknya. Selain dari pada orang tua lingkungan yang sehat juga dapat mempengaruhi pola berfikir anak untuk mencoba makanan- makanan sehat, seperti di sekolah.

Sekolah merupakan rumah kedua bagi anak-anak sehingga apa saja makanan yang di terapkan atau yang di perbolehkan di makan di sekolah kurang lebih dapat mempengaruhi apa saja makanan- makanan yang dimakan oleh anak di rumah. Kegiatan pelaksanaan program makanan sehat di TK seharusnya menjadi poin yang tidak kalah pentingnya. Di samping perkembangan domain yang menjadi penilaian pendidik, makanan sehat pun dapat menjadi penilaian bagi pendidik supaya anak didiknya dapat berkembang dengan pekembangan yang baik, seperti pemerintah saat ini yang sedang gencar mencanangkan Program Makan Gratis (PMG) di sekolah. Program makan gratis yang dijalankan pemerintah di latarbelakangi oleh beberapa faktor penting. Tujuan utamanya adalah untuk meningkatkan status gizi masyarakat khususnya kelompok rentan seperti anak anak usia sekolah, balita, ibu hamil dan masyarakat miskin.

Dari hasil observasi dan wawancara yang di lakukan masih terdapat banyak sekolah yang belum menerapkan makanan sehat dan bergizi setiap harinya. Kebanyakan sekolah masih memperbolehkan anak didiknya untuk membawa bekal sendiri dari rumah yang belum tentu memenuhi kebutuhan gizi setiap harinya. Banyak sekolah yang masih memperbolehkan anak didiknya membawa makanan dan minuman kemasan yang mengandung tinggi gula dan berpengawet. Peneliti menemukan sekolah yang memiliki kegiatan pelaksanaan program snack sehat dan bergizi di sekolah yaitu di TK Abdurrahman bin Auf, telah terlaksana setiap harinya

sekolah menyediakan snack sehat yang di olah atau di masak sendiri.

Hal ini bisa menjadi salah satu keunggulan untuk sekolah, yang belum banyak dilakukan di sekolah-sekolah lain dan bisa menjadi sebuah fakta bahwa sekolah tersebut telah menerapkan makan *snack* sehat sebelum pemerintah mencanangkan program pemberian makan gratis di sekolah. Kebanyakan sekolah-sekolah melaksanakan program makanan sehat hanya dilaksanakan setiap satu bulan sekali. Oleh karena itu peneliti tergerak untuk melakukan tindakan penelitian yang memaparkan permasalahan mengenai program makanan sehat dan bergizi terhadap perkembangan motorik kasar anak di sekolah.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Metode penelitian kualitatif adalah penelitian yang bertujuan untuk memahami fenomena tentang apa yang di alami oleh subyek penelitian dapat berupa perilaku, perspektif, tindakan motivasi dan lain-lain secara holistic dengan cara mendeskripsikan dalam kata-kata, tulisan, bahasa pada suatu konteks khusus yang alamiah dan dengan memanfaatkan berbagai metode alamiah. ( Moleong & J, 2016). Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan April sampai dengan bulan Juli 2025 dengan subjek/partisipan adalah anak-anak usia 2–3 tahun (Kelompok *Toddler*).

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini dengan cara mengadakan pengamatan yang ada di lapangan berdasarkan kenyataan yang ada, dengan melakukan a. observasi anak di kelompok *Toddler* dengan rentangan usia 2-3 tahun. b. wawancara kepala sekolah, guru kelas dan orang tua dan c. Dokumentasi meliputi dokumentasi menu makanan sekolah, penilaian guru dalam catatan anekdot, beserta foto para partisipan saat program makan snack sehat sekolah. Teknik analisis data menggunakan model analisis data kualitatif yang terdiri dari dua tahapan utama dalam bagian ini: 1. Reduksi Data Proses merangkum dan memfokuskan data lapangan pada hal-hal pokok yang relevan dengan tujuan penelitian. Fokus reduksi meliputi: Hubungan Gizi & Motorik: Kaitan asupan makanan dengan kekuatan otot/tulang anak untuk berjalan, berlari, dan melompat. Implementasi Program: Penyediaan *snack* sehat, edukasi orang tua, dan pemantauan asupan. Aspek Motorik yang Diamati: Gerakan fisik seperti mengangkat benda, menggenggam, dan koordinasi tubuh. Dampak Program: Mengidentifikasi peningkatan aktivitas, energi, dan keseimbangan anak setelah mengikuti program. 2. Penyajian data yang disajikan secara sistematis dalam bentuk teks naratif yang mencakup pelaksanaan: Penjelasan jadwal *snack* sehat dua

mingguan di TK Abdurrahman bin Auf setelah kegiatan *gross motor*. Respon dan dampak yaitu gambaran minat anak, dukungan orang tua, serta perkembangan fisik anak yang lebih aktif dan seimbang. Kendala dan evaluasi yaitu penjelasan tantangan (anak pemilih makanan/*picky eater*) dan mekanisme evaluasi harian oleh kepala sekolah serta guru. Kesimpulan sementara adalah pernyataan awal mengenai dampak positif gizi terhadap pertumbuhan fisik anak usia 2-3 tahun. Pemeriksaan keabsahan data adalah untuk menjamin validitas hasil penelitian, peneliti menggunakan kriteria menurut Moleong yaitu 1. Kredibilitas (Uji Kepercayaan), dilakukan melalui triangulasi teknik, yaitu membandingkan dan menggabungkan data dari hasil wawancara, observasi langsung di lapangan, serta studi dokumentasi (foto, menu, dan catatan pertumbuhan). 2. Transferabilitas (Keteralihan), peneliti menyusun deskripsi latar belakang dan konteks penelitian secara rinci dan mendalam agar hasil penelitian dapat dipahami dan kemungkinan diterapkan pada situasi lain yang serupa.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berdasarkan penelitian dan integrasi data hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi dengan teori perkembangan anak. 1. Optimalisasi Kemampuan Motorik Kasar melalui Asupan Nutrisi Spesifik. Temuan penelitian menunjukkan bahwa anak yang mengikuti program makanan sehat memiliki kemampuan motorik kasar yang lebih unggul dibandingkan sebelum program dijalankan. Hal ini terlihat pada peningkatan kekuatan otot dalam aktivitas berjalan, berlari, dan melompat. Justifikasi Ilmiah: Peningkatan ini didorong oleh asupan protein, kalsium, dan zat besi yang menjadi fokus program. Protein berfungsi dalam biosintesis jaringan otot, sementara kalsium krusial bagi kepadatan tulang yang menopang aktivitas fisik berat (Hurlock, 2015). Secara biologis, zat besi mendukung transportasi oksigen ke otot yang mencegah kelelahan dini saat anak beraktivitas. Analisis: Temuan ini sejalan dengan teori *Nutritional Determinism* yang menyatakan bahwa status gizi pada "masa emas" (*golden age*) menentukan kapasitas fisik individu. Energi yang lebih besar pada anak memungkinkan mereka melakukan eksplorasi motorik yang lebih intensif, yang pada gilirannya memperkuat sirkuit saraf motorik di otak. 2. Peningkatan Keseimbangan dan Koordinasi Tubuh, data observasi mengonfirmasi bahwa anak-anak menunjukkan progres signifikan dalam menjaga keseimbangan, seperti kemampuan berdiri satu kaki selama 5 detik dan berjalan di atas garis tanpa terjatuh. Justifikasi Ilmiah: Nutrisi yang memadai, khususnya vitamin dan mineral, berperan penting dalam mendukung fungsi sistem saraf pusat. Sistem vestibular (keseimbangan) dan proprioseptif (kesadaran tubuh) memerlukan

dukungan nutrisi untuk menghantarkan sinyal saraf secara cepat dan akurat. Integrasi Aktivitas: Keberhasilan ini tidak lepas dari integrasi nutrisi dengan stimulasi fisik seperti penggunaan *balance bike*. Menurut teori perkembangan motorik Galahue, keterampilan motorik tidak muncul hanya karena kematangan biologis, tetapi juga melalui interaksi antara asupan energi (nutrisi) dengan peluang latihan yang diberikan oleh lingkungan sekolah dan rumah. 3. Pencapaian Kemampuan Motorik Kasar Spesifik (Berjalan, Berlari, Melompat). Temuan menunjukkan bahwa anak-anak yang mengonsumsi makanan segar dan alami (non-olahan) memiliki kontrol yang lebih baik saat melakukan gerakan lokomotor spesifik. Justifikasi Ilmiah: Pengurangan makanan olahan (*ultra-processed foods*) meminimalkan asupan gula dan zat aditif yang dapat memicu hiperaktivitas tak terarah. Sebaliknya, diet alami memberikan stamina yang stabil. Sesuai dengan hasil penelitian terdahulu (Santrock, 2018), perkembangan motorik kasar pada anak usia 2-3 tahun sangat bergantung pada koordinasi mata-kaki dan kekuatan otot tungkai. Dampak Jangka Panjang: Dengan energi yang stabil dari karbohidrat kompleks dan protein, anak menunjukkan kepercayaan diri yang lebih tinggi. Kepercayaan diri ini memicu anak untuk mencoba tantangan fisik yang lebih sulit, seperti melompat lebih tinggi atau berlari lebih cepat, yang merupakan indikator kematangan perkembangan motorik.

**Tabel 1.** Ringkasan Justifikasi Temuan

Temuan Utama	Nutrisi Pendukung	Dampak Motorik	Justifikasi Teori
Kekuatan Fisik	Protein & Zat Besi	Berlari & melompat lebih kuat	Pembangunan jaringan otot (Myogenesis)
Keseimbangan	Vitamin & Kalsium	Berdiri satu kaki, jalan lurus	Optimalisasi sistem saraf & kepadatan tulang
Kontrol Gerakan	Makanan Alami	Gerakan lebih stabil & terkontrol	Kestabilan energi dan fokus saraf motorik

## KESIMPULAN

Penelitian tentang program makanan sehat dan bergizi dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia 2-3 tahun menunjukkan hasil yang positif. Berdasarkan hasil wawancara dengan kepala sekolah, guru, dan orang tua, dapat disimpulkan bahwa: 1. Program makanan sehat dan bergizi dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia 2-3 tahun, termasuk keseimbangan, koordinasi tubuh, dan kemampuan motorik kasar spesifik seperti berjalan, berlari, dan melompat, 2. Nutrisi yang dibutuhkan untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar anak antara lain protein, karbohidrat kompleks, vitamin, dan mineral, 3. Aktivitas fisik yang terstruktur

dan permainan yang memerlukan kemampuan motorik kasar spesifik dapat membantu meningkatkan kemampuan motorik kasar anak, 4. Pengawasan dan evaluasi program makanan sehat dan bergizi sangat penting untuk memastikan bahwa program tersebut efektif dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar anak.

## DAFTAR REFRENSI

- Adlini, MN, Dinda, AH, Yulinda, S, & ... (2022). Metode penelitian kualitatif studi pustaka. *Jurnal* ..., download.garuda.kemdikbud.go.id, <http://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=2846813&val=13953&title>
- Ananditha, AC (2017). Faktor-faktor yang berhubungan dengan perkembangan motorik kasar pada anak toddler. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, repository.um-surabaya.ac.id, <http://repository.um-surabaya.ac.id/id/eprint/2970>
- Annisa, N, Rahayu, N, Padilah, N, & ... (2023). Usulan Standar Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak (STPPA) Pendidikan Anak Usia Dini Usia 2-3 Tahun. *EDUKASIA Jurnal* ..., jurnaledukasia.org, <https://www.jurnaledukasia.org/index.php/edukasia/article/view/100>
- Ardiana, Reni; Pratiwi, Yuni Ika; Hartanti, Rinawati Agustina Dwi (2025). *Sosialisasi Makan Sehat Melalui Pendekatan Kreatif Untuk Anak Usia Dini di Tk Adhyaksa Xvi Balikpapan*. Cendikia: Jurnal Pendidikan Dan Pengajaran.
- DINI, PIAU (2024). *Penerapan Program Snack Sehat Untuk Anak Usia Dini Dalam Pencegahan Stunting Di Tk Khadijah 21 Banyuwangi Tahun Ajaran* ..., digilib.uinkhas.ac.id, <https://digilib.uinkhas.ac.id/36857/1/NADIA%20ARZALIA%20WIRDA%2020205101050004.pdf>
- Fitriana, AA (2020). Pemahaman orang tua mengenai gizi anak. *Jurnal Pendidikan Modern*, scholar.archive.org.
- Haq, MRF, Irfanda, PD, Ramadhani, F, & ... (2023). Pengaruh Program Pemberian Makanan Tambahan (PMT) terhadap Status Gizi Balita Desa Sumbersuko Kabupaten Probolinggo. *Jurnal Pengabdian* ..., ejournal.sisfokomtek.org, <http://ejournal.sisfokomtek.org/index.php/jpkm/article/view/1258>
- Hartini, V (2020). *Program Penerapan Pola Hidup Sehat Bagi Anak Usia Dini Melalui Pembiasaan Sarapan Bergizi Di Paud It Nur'athifah Di Kota Manna.*, repository.iainbengkulu.ac.id, <http://repository.iainbengkulu.ac.id/id/eprint/4381>

- Husain, R (2023). Pembelajaran Pola Makan Sehat untuk Tumbuh Kembang Anak Usia 5-6 Tahun. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia* ..., pdfs.semanticscholar.org, <https://pdfs.semanticscholar.org/7f11/a8476f91097c7fcff935693f0321f787073c.pdf>
- Insani, A (2022). Pemenuhan asupan gizi anak melalui bekal makanan sehat bagi kesehatan anak usia dini. *Journal of Innovation Research and Knowledge*, bajangjournal.com, <https://www.bajangjournal.com/index.php/JIRK/article/view/3270>
- Jatmikowati, TE, Nuraini, K, Winarti, DR, & ... (2023). Peran guru dan orang tua dalam pembiasaan makan makanan sehat pada anak usia dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal* ..., academia.edu, <https://www.academia.edu/download/105432119/pdf.pdf>
- Jauziyah, S, Tsani, AFA, & ... (2021). Pengetahuan gizi dan cara mendapatkan makanan berhubungan dengan kebiasaan makan mahasiswa universitas diponegoro. *Journal of Nutrition* ..., ejournal3.undip.ac.id, <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jnc/article/view/30428>
- Junita, D, Merita, M, & Armina, A (2019). Pembentukan Dan Pelatihan Kader Posdaya Tentang Skrining Kesehatan Dasar Di Desa Bungku Kecamatan Bajubang Kabupaten Batanghari Jambi. *Logista*, neliti.com, <https://www.neliti.com/publications/500930/pembentukan-dan-pelatihan-kader-posdaya-tentang-skrining-kesehatan-dasar-di-desa>
- Khodijah, S (2016). Program Pendidikan Gizi Pada Orang Tua Untuk Membangun Pola Makan Sehat Anak Usia Dini (Penelitian Tindakan Kolaboratif di PAUD Kenanga Kota Bandung). ... : *Jurnal Program Studi Pendidikan Guru* ..., e-jurnal.stkipswiliwangi.ac.id, <http://www.e-jurnal.stkipswiliwangi.ac.id/index.php/tunas-siliwangi/article/view/314>
- Makmun, A (2021). Pola Makan terhadap Obesitas. *Indonesian Journal of Health*, Indonesian Journal of Health
- Mayar, F, & Astuti, Y (2021). Peran gizi terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, download.garuda.kemdikbud.go.id.
- Mitayani, Y, & Nursetiawati, S (2015). Hubungan stimulasi ibu dengan perkembangan motorik pada anak usia 2-3 tahun (toddler). *JKKP (Jurnal Kesejahteraan)* ..., journal.unj.ac.id, <https://journal.unj.ac.id/unj/index.php/jkkp/article/view/1150>
- Nasution, AP, Reswari, A, Sarah, S, Aspah, A, & ... (2024). Peran Gizi Terhadap Pertumbuhan Dan Perkembangan Anak Usia Dini. *Indonesian Journal of* ..., jurnal.piaud.org, <https://jurnal.piaud.org/index.php/Ijiece/article/view/714>

- Nopitasari, D, Girsang, E, Siswanti, R, & Husada, W (2019). Hubungan Status Gizi Dengan Perkembangan Motorik Kasar Pada Anak Usia 2-3 Tahun Di Posyandu Wilayah Kerja Puskesmas Situ Udik. *Jurnal Ilmiah Wijaya*, akbidwh.ac.id, [https://akbidwh.ac.id/assets/jurnal-akbid/vol.10-no.2/4.jurnal\\_dewi.pdf](https://akbidwh.ac.id/assets/jurnal-akbid/vol.10-no.2/4.jurnal_dewi.pdf)
- Nugroho, MR, Sasongko, RN, & ... (2021). Faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian stunting pada anak usia dini di Indonesia. *Jurnal Obsesi: Jurnal* ..., academia.edu, <https://www.academia.edu/download/109902189/pdf.pdf>
- Nurahma, GA, & Hendriani, W (2021). Tinjauan sistematis studi kasus dalam penelitian kualitatif. *Mediapsi*
- Nurwahyuni, E, & Mahyuddin, N (2021). Penilaian perkembangan bahasa anak usia dini umur 5-6 tahun pada masa new normal di taman kanak-kanak ridhotullah padang. *JURNAL CIKAL (Jurnal Pendidikan)* ..., journal.upy.ac.id, <https://journal.upy.ac.id/index.php/CIKAL/article/view/1663/0>
- Rahmi, P (2019). Peran nutrisi bagi tumbuh dan kembang anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Anak Bunayya*, download.garuda.kemdikbud.go.id.
- Ramlah, U (2021). Gangguan kesehatan pada anak usia dini akibat kekurangan gizi dan upaya pencegahannya. *Ana'Bulava: Jurnal Pendidikan Anak*, anabulava.org, <http://anabulava.org/index.php/abulava/article/view/40>
- Ridlo, U (2023). Metode Penelitian Studi Kasus: Teori dan Praktik, 2023. *Publica Indonesia Utama: Jakarta*
- Rusdin, A, Awaliah, N, Ajsal, AAA, & ... (2023). Edukasi bagi Anak Usia Dini tentang Makanan Sehat dan Tidak Sehat Di TK Tenripakkua. *RESWARA: Jurnal* ..., jurnal.dharmawangsa.ac.id, <https://jurnal.dharmawangsa.ac.id/index.php/reswara/article/view/3295>
- Septianti, N, & Afiani, R (2020). Pentingnya memahami karakteristik siswa sekolah dasar di SDN Cikokol 2. *As-sabiqun*, ejournal.stitpn.ac.id, <https://ejournal.stitpn.ac.id/index.php/assabiqun/article/view/611>
- Uce, L (2018). Pengaruh asupan makanan terhadap kualitas pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini. *Bunayya: Jurnal Pendidikan Anak*, jurnal.arraniry.ac.id, <http://jurnal.arraniry.ac.id/index.php/bunayya/article/view/6810.html>
- Veloo, KM (2021). Mengenal Pasti Tingkah Laku Kanak-Kanak Melalui Catatan Anekdote: Kajian Kes Di Prasekolah. *Jurnal Penyelidikan Dedikasi*

- Yanti, E, & Fridalni, N (2020). Faktor yang mempengaruhi perkembangan motorik anak usia prasekolah. *Jurnal Kesehatan Medika Saintika*, jurnal.syedzasaintika.ac.id, <https://jurnal.syedzasaintika.ac.id/index.php/medika/article/view/761>
- Yeni, DI, Wulandari, H, & Hadiati, E (2020). Pelaksanaan program pemberian makanan sehat anak usia dini: Studi evaluasi program CIPP. ... *Jurnal Pendidikan Anak* ..., pdfs.semanticscholar.org, <https://pdfs.semanticscholar.org/50f3/94abd4ec027e7fc41c2f0e728443e068bafb.pdf>
- Yunita, L (2021). Hubungan Status Gizi dengan Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Prasekolah di Wilayah Kerja Posyandu Bunga Maja Kecamatan Gunung Sari. *Nutriology: Jurnal Pangan, Gizi* ..., journal.universitasbumigora.ac.id, <https://journal.universitasbumigora.ac.id/nutroiology/article/view/1581>
- Zahro, IF (2015). Penilaian dalam pembelajaran anak usia dini. Tunas Siliwangi: Jurnal Program Studi Pendidikan Guru PAUD STKIP Siliwangi Bandung, 1 (1), 92-111. *Conference Proceeding Library*
- Millenia, B. (2022). *Kepemimpinan Visioner Kyai Dalam Pengembangan Manajemen Mutu Di Pondok Pesantren Tanwirul'ilmi Sidamulya Kemranjen Kab. Banyumas* (Doctoral Dissertation, Uin Prof. Kh Saifuddin Zuhri Purwokerto).
- Muhammad Amin Fathih, Dkk, Visionary Leadership Of The Head Of Diniyah Madrasah In Improving The Quality Santr, Nidhomul Haq, Vol 6, Issue 3, 2021, 514
- Mulyasa, E. (2013). Manajemen Berbasis Sekolah: Konsep, Strategi, dan Implementasi. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Nadia, F., & Pahlevi, R. (2023). Kepemimpinan Visioner Kyai dalam Konteks Undang Undang Pesantren. *Sraddha: Jurnal Pendidikan, Sosial dan Agama*, 1(1), 01-18.
- Northouse, P. G. (2018). *Leadership: Theory and Practice* (8th ed.). Thousand Oaks, CA: SAGE Publications.
- Robbins, S. P., & Coulter, M. (2018). Management (14th ed.). Pearson Education Limited.
- Sagala, S. (2017). Manajemen Strategik dalam Peningkatan Mutu Pendidikan. Bandung: Alfabeta.
- Senge, P. (2006). Visi bersama. Dalam P. Senge, (Ed.) lima puluh disiplin ilmu. Seni dan praktik organisasi pembelajaran. Bantam- Doubleday, New York, NY, hal.101-1 205-2
- Sumardjoko, B. (2022). *Peran Kepemimpinan Visioner Mudir Pondok Pesantren Miftahul Huda Sambi Boyolali* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).

- Tsauri, S. (2021). Strategi Kepemimpinan Entrepreneurship Kiai Dalam Eskalasi Kemandirian Santri Melalui Pendidikan Terpadu Di Pesantren. *Strategi Kepemimpinan Entrepreneurship Kiai Dalam Eskalasi Kemandirian Santri Melalui Pendidikan Terpadu Di Pesantren*, 2(2), 108-130.
- Wibawani, D. T., Wiyono, B. B., & Benty, D. D. N. (2019). Kepemimpinan Visioner Kepala Sekolah Sebagai Pemimpin Perubahan Dalam Peningkatan Mutu Pendidikan. *JAMP : Jurnal Administrasi Dan Manajemen Pendidikan*, 2(4), 181–187.