



TUGAS AKHIR

**Gambaran Menu Makan Siang
di Kelompok Bermain (KB) Tk Darul Hikam
Kota Cirebon**

Aam Amelia

P2.06.31.2.22.001

PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA GIZI CIREBON

JURUSAN GIZI

POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA

KEMENTRIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

TAHUN 2025



TUGAS AKHIR

**Gambaran Menu Makan Siang
di Kelompok Bermain (KB) Tk Darul Hikam
Kota Cirebon**

Aam Amelia

P2.06.31.2.22.001

PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA GIZI CIREBON

JURUSAN GIZI

POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

TAHUN 2025

HALAMAN PERSETUJUAN

Tugas Akhir dengan Judul

“GAMBARAN MENU MAKAN SIANG DI KELOMPOK BERMAIN (KB)

TK DARUL HIKAM KOTA CIREBON”

Disusun oleh :

Aam Amelia

NIM P2.06.31.2.22.001

Pembimbing



Uun Kunaepah, SST, M.Si

NIP. 197101091995032002

GAMBARAN MENU MAKAN SIANG

DI KELOMPOK BERMAIN (KB) TK DARUL HIKAM KOTA CIREBON

Aam Amelia ¹, Uun Kunaepah, SST, M.Si ²

INTISARI

Fullday school adalah sebuah sistem pendidikan yang pembelajarannya dimulai dari pagi sampai sore hari atau satu hari pembelajaran. Di Indonesia sekolah yang menerapkan program makan siang masih tergolong sedikit yaitu 0,16% pada tahun 2016. Pemberian makan di sekolah diberlakukan dalam upaya memenuhi kebutuhan zat gizi makro dan mikro siswa sehingga nantinya dapat memperbaiki asupan dan status gizi siswa. Namun, implementasi program makan siang di sekolah memiliki beberapa hambatan. Hal ini disebabkan oleh kualitas menu makanan yang kurang baik dan menu yang kurang bervariasi sehingga siswa tidak ada kesempatan untuk memilih makanan. Kelompok Bermain (Kb) Tk Darul Hikam Cirebon adalah salah satu sekolah *fullday school* yang menyediakan makan siang. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran menu makan siang di Kelompok Bermain (Kb) Tk Darul Hikam Cirebon.

Penelitian ini menggunakan *Deskriptif Observasional*. data yang dikumpulkan adalah data primer dan sekunder. Data primer meliputi penetapan pola menu, standar porsi, siklus menu, dan susunan menu menggunakan Lembar *Checklist*. Data sekunder mengenai gambaran umum di Kelompok Bermain (KB) TK Darul Hikam Kota Cirebon yang diperoleh dari kepala sekolah.

Hasil penelitian Kelompok Bermain (KB) TK Darul Hikam Cirebon telah menetapkan pola menu dengan komponen menu karbohidrat, lauk hewani, lauk nabati, dan buah. Kelompok Bermain (KB) TK Darul Hikam Cirebon tidak ada standar porsi kecuali lauk hewani dan selingan. Siklus menu yang digunakan adalah siklus menu 5 hari, dan susunan menu makan siang yang disajikan sudah sesuai dengan prinsip gizi seimbang.

Kata Kunci : *Fullday school*, Makan Siang, Pola Menu, Siklus Menu, Standar Porsi, Susunan Menu

1. Mahasiswa Program Studi D III Gizi Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya
2. Dosen Program Studi D III Gizi Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas berkat rahmat dan karunia-Nya yang telah diberikan sehingga penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir yang berjudul **“Gambaran Menu Makan Siang di Kelompok Bermain (KB) TK Darul Hikam Kota Cirebon”**. Tugas Akhir ini diajukan sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan Diploma III Gizi di Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya Program Studi Gizi Cirebon.

Penulis menyadari bahwa keberhasilan dalam penyusunan Tugas Akhir ini banyak mendapat dukungan, bimbingan, serta bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimah kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, berkah, dan karunia-Nya sehingga tugas akhir ini dapat diselesaikan sesuai dengan waktu yang diharapkan.
2. Ketua Prodi D-III Gizi Cirebon Ibu Dr. Hj. Wiwit Estuti, STP, Msi yang telah memberikan motivasi dan bimbingan terhadap penyusunan tugas akhir.
3. Dosen Penguji I Ibu Dr. Hj. Wiwit Estuti, STP, Msi dan Dosen Penguji II Bapak Jongga Adiyaksa, SKM, M. Biomed yang telah memberikan bimbingan dan solusi dalam penyusunan tugas akhir.
4. Dosen Pembimbing penelitian Ibu Uun Kunaepah, SST, M.Si yang telah memberikan motivasi, bimbingan dan solusi dalam penyusunan tugas akhir.

5. Seluruh Dosen dan Staff Prodi Gizi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya yang telah memberikan ilmu pengetahuan selama penulis mengikuti pendidikan.
6. Keluarga yang selalu memberikan dukungan moral, materiil, dan doa yang tiada henti bagi penulis.
7. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu, namun telah memberikan bantuan dan dukungan dalam penyusunan tugas akhir ini.

Penulis menyadari bahwa tugas Akhir ini masih terdapat banyak kekurangan karena keterbatasan yang dimiliki penulis. Oleh karena itu, penulis mengharapkan saran dan kritik yang membangun guna penyempurnaan tugas Akhir ini. Semoga tugas akhir ini dapat diterima dan bermanfaat nantinya bagi kita khususnya di bidang gizi dan kesehatan.

Cirebon, 5 Mei 2025

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN.....	i
INTISARI	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR.....	viii
DAFTAR LAMPIRAN.....	ix
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan Penelitian.....	4
1. Tujuan Umum	4
2. Tujuan Khusus	4
D. Manfaat Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
A. Tinjauan Teori	6
1. Penyelenggaraan Makanan Institusi	6
2. Penyelenggaraan Makanan Anak Sekolah.....	8
3. Kebutuhan Gizi Anak Sekolah	9
4. Perencanaan Menu	12
B. Kerangka Teori.....	22
C. Kerangka Konsep	23
BAB III METODE PENELITIAN.....	24
A. Jenis Penelitian	24
B. Waktu dan Tempat Penelitian.....	24
C. Responden Penelitian.....	24
D. Variabel dan Definisi Operasional	24
E. Teknik Pengumpulan Data.....	26
1. Jenis Data	26
2. Cara Pengumpulan Data	26
F. Pengolahan dan Analisis Data	27
G. Tahapan Penelitian	28
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	30

A. Hasil	30
1. Gambaran Kelompok Bermain (KB) TK Darul Hikam	30
2. Hasil Observasi dan Wawancara Mengenai Menu Makan Siang di Kelompok Bermain (KB) TK Darul Hikam Cirebon	31
B. Pembahasan	34
1. Penetapan Pola Menu	34
2. Penetapan Standar Porsi	35
3. Penetapan Siklus Menu	37
4. Penetapan Susunan Menu	38
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	41
A. Kesimpulan	41
B. Saran	42
DAFTAR PUSTAKA	43
LAMPIRAN	46

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Angka Kecukupan Gizi Anak Usia Sekolah (Per orang Per Hari)	12
Tabel 2 Contoh Penyusunan Pola Menu.....	16
Tabel 3 Anjuran Jumlah Porsi Menurut Kecukupan Energi	18
Tabel 4 Contoh Penyusunan Siklus Menu Selama 5 Hari	19
Tabel 5 Contoh Penyusunan Format Menu	21
Tabel 6 Variabel dan Definisi Operasional	25
Tabel 7 Hasil observasi menu makan siang di KB TK Darul Hikam Kota Cirebon	32

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Teori.....	22
Gambar 2 Kerangka Konsep Penelitian.....	23
Gambar 3 Kelompok Bermain (KB) TK Darul Hikam Cirebon.....	30
Gambar 4 Izin Penelitian bersama dengan Kepala Sekolah Kelompok Bermain (KB) Darul Hikam	55
Gambar 5 Wawancara bersama dengan Kepala Sekolah Kelompok Bermain (KB) TK Darul Hikam	55
Gambar 6 Wawancara bersama dengan Koordinator Penyelenggara Makan Siang	55
Gambar 9 Mencuci Bahan Makanan	56
Gambar 10 Persiapan Bahan Makanan.....	56
Gambar 11 Pengolahan Menu Makan Siang	56
Gambar 12 Menu Makan Siang.....	56
Gambar 11 Distribusi Menu Makan Siang	56
Gambar 13 Makan Siang Kelompok Bermain (KB) Darul Hikam	57
Gambar 14 Makan Siang TK Darul Hikam Kota Cirebon.....	57
Gambar 15 Menu Makan Siang Hari Ke 2	58
Gambar 16 Selingan.....	58
Gambar 17 Menu Makan Siang Hari Ke 3	58
Gambar 18 Selingan.....	58
Gambar 19 Menu Makan Siang Hari Ke 4	59
Gambar 20 Selingan.....	59
Gambar 21 Menu Makan Siang Hari ke 5	59
Gambar 22 Selingan.....	59

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Naskah Penjelasan Penelitian.....	47
Lampiran 2 Surat Pemohonan Izin Penelitian	48
Lampiran 3 Lembar Persetujuan Menjadi Responden.....	49
Lampiran 4 Hasil Lembar Checklist Pelaksanaan Menu Makan Siang	50
Lampiran 5 Pola Menu Kelompok Bermain (KB) TK Darul Hikam Kota Cirebon	52
Lampiran 6 Siklus Menu Kelompok Bermain (KB) TK Darul Hikam Kota Cirebon.....	53
Lampiran 7 Rekomendasi Perencanaan Menu	54
Lampiran 8 Observasi dan Wawancara	55
Lampiran 9 Penyelenggaraan Makanan	56
Lampiran 10 Suasana Makan Siang	57
Lampiran 11 Menu Makan Siang Siklus 5 Hari	58