

**IMPLEMENTASI COOKING CLASS
DALAM MENGENALKAN MAKANAN BERGIZI
PADA ANAK USIA DINI DI KB HARAPAN BUNDA
DESA BRENGKOLANG KECAMATAN KAJEN
KABUPATEN PEKALONGAN**

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi sebagian syarat
memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.)



**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN ISLAM ANAK USIA DINI
FAKULTAS TARBİYAH DAN ILMU KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
K.H. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN
2024**

**IMPLEMENTASI COOKING CLASS
DALAM MENGENALKAN MAKANAN BERGIZI
PADA ANAK USIA DINI DI KB HARAPAN BUNDA
DESA BRENGKOLANG KECAMATAN KAJEN
KABUPATEN PEKALONGAN**

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi sebagian syarat
memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.)



**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN ISLAM ANAK USIA DINI
FAKULTAS TARBİYAH DAN ILMU KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
K.H. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN
2024**

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : **Umi Asih Nur Aini**

NIM : **2420061**

Program Studi : **Pendidikan Islam Anak Usia Dini**

Judul Skripsi : **IMPLEMENTASI COOKING CLASS DALAM
MENGENALKAN MAKANAN BERGIZI PADA
ANAK DI KB HARAPAN BUNDA DESA
BRENGKOLANG KECAMATAN KAJEN
KABUPATEN PEKALONGAN.**

Menyatakan bahwa skripsi ini merupakan hasil karya sendiri, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah penulis sebutkan sumbernya. Apabila skripsi ini terbukti merupakan hasil duplikasi atau plagiasi, maka saya bersedia menerima sanksi akademis dan dicabut gelarnya.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Pekalongan, 7 Februari 2024

Yang menyatakan



Umi Asih Nur Aini

NIM. 2420061

Andung Dwi Haryanto, M.Pd
Padegan Tengah RT 01 RW 01, Kec. Wonopringgo, Kab. Pekalongan

NOTA PEMBIMBING

Lamp : 4 (Empat) eksempler

Hal : Naskah Skripsi Sdri. Umi Asih Nur Aini

KepadaYth.

Dekan FTIK UIN K.H

Abdurrahman Wahid Pekalongan

c.q Ketua Program Studi PIAUD

di PEKALONGAN

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Setelah diadalan penelitian dan perbaikan seperlunya, maka bersama ini saya kirimkan naskah Skripsi Saudari :

Nama : Umi Asih Nur Aini

NIM : 2420061

Judul : **Implementasi Metode Cooking Class Dalam Mengenalkan Makanan Bergizi Pada Anak Di Kb Harapan Bunda Desa Brengkolang Kecamatan Kajen Kabupaten Pekalongan.**

Dengan ini memohon agar Skripsi Saudara tersebut segera dimunaqosahkan. Demikian nota pembimbing ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya. Atas perhatiannya, saya sampaikan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Pekalongan, 7 Maret 2024

Pembimbing,



Andung Dwi Haryanto, M.Pd
NIP. 19890217 201903 1007



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KH. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN
FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN
Jl. Pahlawan Km. 5 Rowolaku, Kajen, Kabupaten Pekalongan 51161
Website: ftik.uingusdur.ac.id email: ftik@uingusdur.ac.id

PENGESAHAN

Dekan Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Universitas Islam Negeri
K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan mengesahkan Skripsi saudara/i:

Nama : UMI ASIH NUR AINI
NIM : 2420061
Judul Skripsi : IMPLEMENTASI COOKING CLASS DALAM
MENGENALKAN MAKANAN BERGIZI PADA ANAK
DI KB HARAPAN BUNDA DESA BRENGKOLANG
KECAMATAN KAJEN KABUPATEN PEKALONGAN

Telah diujikan pada hari Kamis, 21 Maret 2024 dan dinyatakan **LULUS** serta
diterima sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana Pendidikan
(S.Pd.)

Dewan Penguji

Penguji I

Penguji II


Dr. Nur Khasanah, M.Ag.
NIP. 19770926 201101 2 004


Ridho Rivadi, M.Pd.
NIP. 19900304 201903 1 007

Pekalongan, 25 Maret 2024

Disahkan Oleh
Dekan Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan,

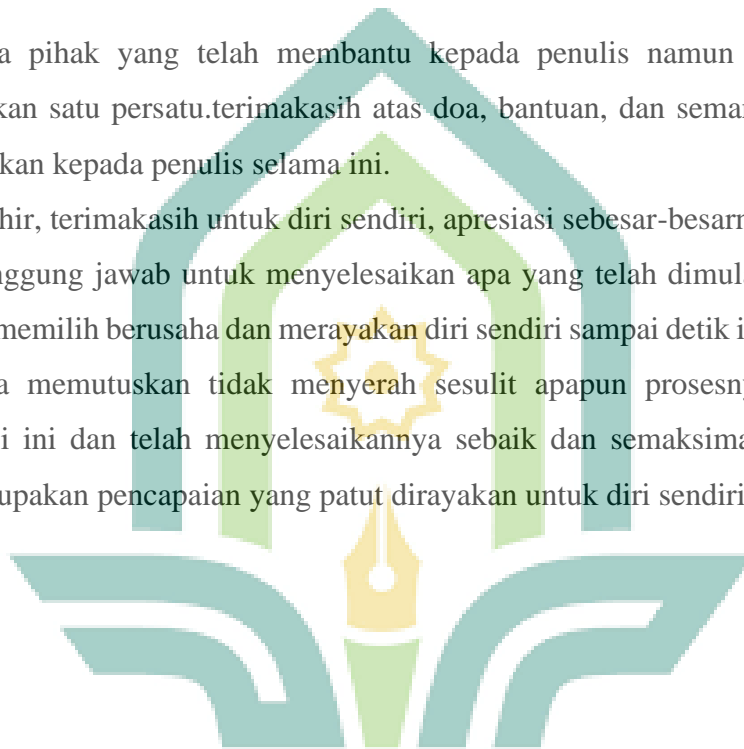

Prof. Dr. H. Moh. Sugeng Solehuddin, M.Ag.
NIP. 19730112 200003 1 001

PERSEMBAHAN

Puji Syukur kehadiran Allah SWT atas segala rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Sholawat dan salam bagi Rasulullah Muhammad SAW, keluarga, sahabat, pengikutnya yang istiqomah hingga yaumul akhir dan orang-orang yang tegak di jalan dakwah-Nya. Dengan dukungan yang telah memberikan semangat yang luar biasa dan doanya, dengan kerendahan hati dan ketulusan ku persembahkan skripsi ini kepada:

1. Kedua orang tua saya Bapak Abdul Rochim dan Ibu Nurtin tercinta. Saya ucapkan terimakasih sebesar-besarnya kepada bapak dan ibu yang selama ini dengan tulus mendidik dan membesarkan saya, telah memberikan dukungan moril maupun materi, melantunkan doa yang tiada henti untuk kesuksesan saya, serta selalu memotivasi saya. Terimakasih atas kesabaran bapak dan ibu mendidik, menasehati, dan menjadi pengingat paling kuat untuk saya. Semoga Allah SWT selalu menjaga dan memberi kesehatan bapak dan ibu, serta membalas semua kebaikan yang telah beliau berikan kepada penulis selama ini. Aamiin Ya Rabbal'alamin.
2. Adik laki-laki saya (Bagus Nabil Nur Falah) yang saya sayangi. Terimakasih untuk semangat dan doa yang selalu dipanjatkan untuk menyelesaikan skripsi ini.
3. Keluarga besar KB Harapan Bunda Brengkolang dan PAUD Labschool FTIK UIN K.H Abdurrahman Wahid Pekalongan yang telah memberikan dukungan untuk kesuksesan skripsi ini
4. Dosen pembimbing saya, Bapak Andung Dwi Haryanto, M.Pd. terimakasih atas bimbingan, dan kesabarannya yang luar biasa sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
5. Kepada seseorang yang tak kalah penting kehadirannya, partner spesial saya, Atna Safarudin. Terimakasih telah menjadi bagian dari perjalanan hidup saya, mendukung maupun menghibur dalam kesedihan, mendengar keluh kesah, memberi semangat untuk pantang menyerah. Semoga Allah selalu memberi keberkahan dalam segala hal yang kita lalui.

6. Sahabat saya Diaz Anjari yang saya sayangi, yang masih bertahan menemani saya dari awal kuliah hingga terselesaikannya skripsi ini. Terima kasih selalu memberi semangat, motivasi, dan bantuan baik itu tentang kuliah, materi serta personal lainnya. Terimakasih telah berjuang bersama menyelesaikan skripsi ini. Beserta anggota grup bertujuh yang sudah berjuang bersama.
7. Teman-teman PIAUD kelas B angkatan 2020 yang tidak bisa saya sebutkan satu-persatu, yang telah memberikan pengalaman dan pembelajaran selama kuliah ini.
8. Semua pihak yang telah membantu kepada penulis namun tidak dapat di sebutkan satu persatu.terimakasih atas doa, bantuan, dan semangat yang telah diberikan kepada penulis selama ini.
9. Terakhir, terimakasih untuk diri sendiri, apresiasi sebesar-besarnya karena telah bertanggung jawab untuk menyelesaikan apa yang telah dimulai. Terimakasih tetap memilih berusaha dan merayakan diri sendiri sampai detik ini. Terimakasih karena memutuskan tidak menyerah sesulit apapun prosesnya penyusunan skripsi ini dan telah menyelesaikannya sebaik dan semaksimal mungkin, ini merupakan pencapaian yang patut dirayakan untuk diri sendiri.



MOTTO

“Dan jangan kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya yang berputus asa dari rahmat Allah, hanyalah orang-orang yang kafir”

(Q.S Yusuf [12]:87)

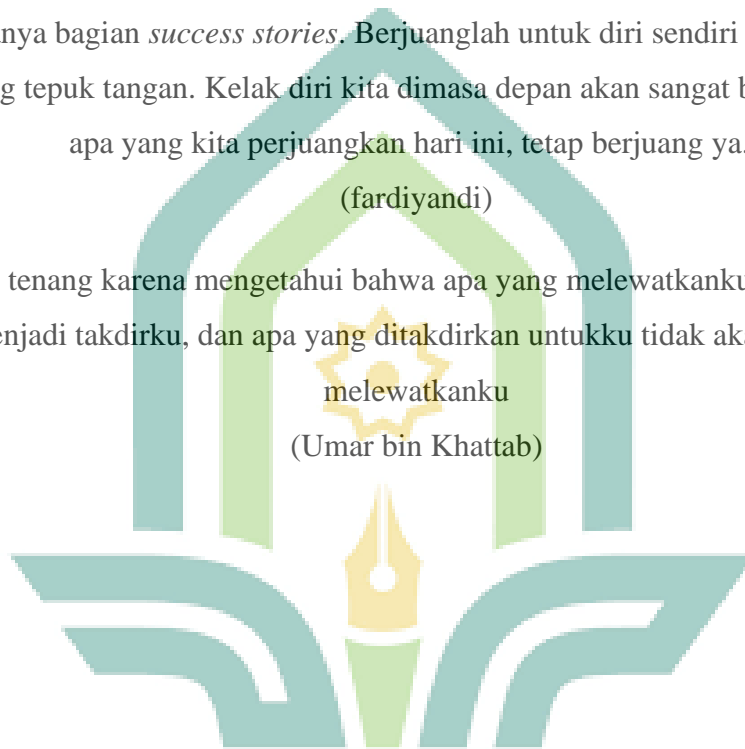
“Orang lain ga akan bisa pahan *struggle* dan masa sulitnya kita yang mereka ingin tahu hanya bagian *success stories*. Berjuanglah untuk diri sendiri walaupun gak ada yang tepuk tangan. Kelak diri kita dimasa depan akan sangat bangga dengan apa yang kita perjuangkan hari ini, tetap berjuang ya.”

(fardiyandi)

Hatiku tenang karena mengetahui bahwa apa yang melewatkanmu tidak pernah menjadi takdirku, dan apa yang ditakdirkan untukmu tidak akan pernah

melewatkanmu

(Umar bin Khattab)



ABSTRAK

Umi Asih Nur Aini, *Implementasi Cooking Class Dalam Mengenalkan Makanan Bergizi Pada Anak di KB Harapan Bunda Desa Brengkolang Kecamatan Kajen Kabupaten Pekalongan*, skripsi Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Jurusan Pendidikan Islam Anak Usia Dini Universitas Islam Negeri K.H Abdurrahman Wahid Pekalongan. Pembimbing Andung Dwi Haryanto, M.Pd.

Kata Kunci : Makanan Bergizi, *Cooking Class*, Anak Usia Dini.

Di KB Harapan Bunda Desa Brengkolang Kecamatan Kajen dengan hasil yang menunjukkan bahwa anak dengan umur 4 sampai 5 tahun belum mengerti atau memahami apa itu makanan bergizi. Terlihat pada saat rutinitas membawa bekal setiap hari sabtu, yang berjalan 1 bulan belakangan ini, anak-anak masih seringkali membawa makanan instan untuk dijadikan bekalnya ke sekolah. Peneliti melihat bahwa orang tua maupun guru PAUD disekitar belum menggunakan metode-metode yang menarik anak untuk mengenal asupan yang bergizi dan sehat. Dengan menggunakan metode *cooking class* ini merupakan suatu upaya agar anak memiliki pengetahuan yang baik ketika mengonsumsi makanan sehat dan bergizi.

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu (1) Bagaimana pelaksanaan kegiatan *cooking class* dapat menjadi wadah pengenalan makanan bergizi pada anak di KB Harapan Bunda Desa Brengkolang?, (2) Bagaimana faktor pendukung dan penghambat dalam kegiatan *cooking class* menjadi daya tarik anak mengonsumsi makanan bergizi Di KB Harapan Bunda Desa Brengkolang?.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah jenis pendekatan kualitatif. Teknik pengumpulan datanya sendiri menggunakan observasi, wawancara, dan dokumentasi untuk mengumpulkan data yang sesuai dengan fakta di lapangan. Analisis data yang digunakan mengambil konsep yang diajukan oleh Miles and Hubner, yaitu pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pengenalan makanan bergizi melalui *cooking class* menjadikan anak tidak mudah jajan sembarangan, dan sudah mampu menunjukkan perilaku mengonsumsi makanan bergizi seimbang. Faktor penghambat dan pendukung implementasi *cooking class* dalam mengenalkan makanan bergizi pada anak di KB Harapan Bunda yaitu faktor penghambat meliputi kebiasaan makan anak yang sembarangan, keterbatasan alat dalam melaksanakan *cooking class* dan kesadaran orang tua terhadap bekal sekolah dan makanan anak masih kurang. Serta faktor pendukung nya sendiri yaitu jenis makanan yang beragam dan baru bagi anak, dan variasi menu yang berganti setiap bulan.

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Wr. Wb

Segala puji bagi Allah SWT yang senantiasa selalu memberikan hidayah, petunjuk dan rahmat-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul "Implementasi Cooking Class Dalam Mengenalkan Makanan Bergizi Pada Anak Di KB Harapan Bunda Desa Brengkolang Kecamatan Kajen Kabupaten Pekalongan" Sholawat dan salam semoga tercurahkan kepada baginda Nabi Muhammad SAW yang telah menekankan kepada umatnya untuk belajar terus menerus sepanjang hayat dan berbagi ilmu dan pengalaman kepada sesama.

Dalam penyusunan skripsi ini, peneliti mendapat banyak bantuan, bimbingan, dan dorongan dari berbagai pihak. Untuk itu, pada kesempatan ini peneliti mengucapkan terimakasih kepada yang terhormat

1. Bapak Prof. Dr. H. Zaenal Mustakim, M. Ag., selaku Rektor UIN K.H Abdurrahman Wahid Pekalongan, yang telah memimpin segenap Civitas Akademika UIN K.H Abdurrahman Wahid Pekalongan.
2. Bapak Prof. Dr. Sugeng Solehuddin, M.Ag., selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan UIN K.H Abdurrahman Wahid Pekalongan, yang senantiasa berusaha meningkatkan mutu mahasiswa/ mahasiswi UIN K.H Abdurrahman Wahid Pekalongan, terutama Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan.
3. Ibu Triana Indrawati, M.A., selaku Ketua Program Studi Pendidikan Islam Anak Usia Dini UIN K.H Abdurrahman Wahid Pekalongan, yang memberi motivasi dan semangat dalam penyusunan skripsi.
4. Bapak Andung Dwi Haryanto, M.Pd., selaku dosen pembimbing, yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran dalam penyelesaian skripsi.
5. KB Harapan Bunda Desa Brengkolang Kecamatan Kajen Kabupaten Pekalongan beserta seluruh pihak didalamnya yang telah memberikan izin, kesempatan, bantuan dan dukungan dalam menyelesaikan penelitian skripsi ini.
6. Dosen-dosen UIN K.H Abdurrahman Wahid Pekalongan, yang telah membagikan ilmu dan pengalamannya selama peneliti mengikuti perkuliahan.
7. Orangtua serta keluarga tercinta yang telah memberikan dukungan baik moral maupun spiritual demi terwujudnya cita-cita.

8. Teman-teman kuliah, khususnya teman PIAUD angkatan 2020 yang telah memberikan dukungan dan semangat.
9. Semua pihak yang telah membantu dalam penyelesaian skripsi yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu.

Selanjutnya penulis hanya berdoa semoga amal baik anda semua mendapat balasan dan pahala berlipat ganda dari Allah SWT, aamiin. Ada hasil di setiap proses, ada kemudahan dibalik kesulitan dan ada kemuliaan di setiap ujian, peneliti menyadari dengan setulus-tulusnya bahwa skripsi ini jauh dari kesempurnaan. Oleh karenanya kritik dan saran yang membangun sangat peneliti harapkan demi peningkatan kualitas penelitian yang akan datang. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi peneliti dan pembaca. Amin Ya Rabbal alamin.

Wassalamualaikum Wr. Wb

Pekalongan, 7 Maret 2024



Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	ii
NOTA PEMBIMBING	iii
PENGESAHAN	iv
PERSEMBAHAN	v
MOTTO	vii
ABSTRAK	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR BAGAN	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Kegunaan Penelitian	6
E. Metode Penelitian	7
1. Jenis dan pendekatan	7
2. Tempat dan Waktu Penelitian	8
3. Sumber Data	8
4. Teknik Pengumpulan Data	9
5. Teknik Analisis Data	11
F. Sistematika Penulisan Skripsi	14
BAB II LANDASAN TEORI	17
A. Deskripsi Teori	17
1. Implementasi	17
2. Metode pembelajaran	19
3. Cooking Class	22
4. Makanan Bergizi	25
5. Anak Usia Dini	32
B. Penelitian yang Relevan	34
C. Kerangka Berpikir	38
BAB III HASIL PENELITIAN	41
A. Profil KB Harapan Bunda Desa Brengkolang	41
B. Pelaksanaan Cooking Class dalam Mengenalkan Makanan Bergizi pada Anak di KB Harapan Bunda Desa Brengkolang Kecamatan Kajen Kabupaten Pekalongan.	44
C. Faktor Penghambat dan Pendukung Implementasi Cooking Class dalam Mengenalkan Makanan Bergizi pada Anak di KB Harapan Bunda Desa Brengkolang Kecamatan Kajen Kabupaten Pekalongan.	57

BAB IV ANALISIS HASIL PENELITIAN.....	60
A. Analisis Pelaksanaan Cooking Class dalam Mengenalkan Makanan Bergizi pada Anak di KB Harapan Bunda Desa Brengkolang Kecamatan Kajen Kabupaten Pekalongan.....	61
B. Faktor Penghambat dan Pendukung Implementasi Metode Cooking Class dalam Mengenalkan Makanan Bergizi pada Anak di KB Harapan Bunda Desa Brengkolang Kecamatan Kajen Kabupaten Pekalongan.	66
BAB V PENUTUP.....	71
A. Kesimpulan.....	71
B. Saran	72

DAFTAR PUSTAKA
LAMPIRAN-LAMPIRAN



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Sarana dan Prasarana	43
--------------------------------------	----



DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Kerangka Berfikir	40
Bagan 3.1 Struktur Organisasi KB Harapan Bunda Brengkolang	43



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Pedoman Wawancara

Lampiran 2 Hasil Wawancara

Lampiran 3 pedoman observasi

Lampiran 4 Dokumentasi

Lampiran 5 Surat Permohonan Izin

Lampiran 6 Surat Keterangan Penelitian dari KB Harapan Bunda

Lampiran 6 Surat Ketersediaan menjadi Informan

Lampiran 7 Daftar Riwayat Hidup



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa anak usia dini adalah waktu yang teramat optimal dalam pengembangan potensi dan kecerdasan anak. Karenanya, pengembangan potensi dalam rentang usia ini memiliki dampak signifikan pada tahap tumbuh kembang anak selanjutnya. Pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini juga diatur oleh jumlah makanan dan zat gizi yang dikonsumsi.¹ Yang menjadi kunci dalam memenuhi kebutuhan pertumbuhan dan perkembangan anak dengan optimal sehingga mereka dapat mencapai tingkat kesehatan yang optimal, baik kesehatan jiwa, kesehatan jasmani, dan kesehatan sosial, adalah zat gizi dalam makanan. Setiap hari, anak-anak membutuhkan pola makan seimbang yang mencakup protein, lemak, karbohidrat, mineral, dan vitamin. Asupan ini dapat diterima melalui makanan dan bermanfaat bagi pertumbuhan fisik dan otak anak.

Pemberian asupan makanan yang bergizi untuk tumbuh kembang anak juga penting dilakukan, karena jika jumlah asupan gizi tidak mencukupi kebutuhannya maka masa emas ini akan menjadi masa buruk yang akan berdampak buruk bagi kesehatan anak dan mengganggu tumbuh kembang anak. Mengingat pentingnya gizi dalam pola pertumbuhan anak pada masa emas, hal ini menjadi urgensi wali anak dan guru dalam mengevaluasi kebutuhan dan status gizi seimbang.²

¹ Hardiansyah and D.N. Supariasa, *Ilmu Gizi Teori & Aplikasi* (Jakarta: EGD, 2014).

² Azrimaidaliza, 'Optimalisasi Tumbuh Embang Balita Melalui Promosi Gizi', *Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3.2 (2019).hlm,18

Pemberian makanan bergizi pada anak juga dapat mengurangi tingkat stunting pada anak usia dini, termasuk di wilayah Jawa Tengah. Stunting ditangani secara tuntas di Jawa Tengah, tidak hanya oleh pemerintah, namun juga oleh akademisi dan masyarakat yang dapat melakukan intervensi. Angka stunting di Provinsi Jawa Tengah masih berada di angka 20,8%, menurut data survei status gizi Indonesia (SSGI). Nilai tersebut mendekati rata-rata nasional tahun 2022 sebesar 21,6. Pemerintah memperkirakan angka stunting akan turun tahun 2024 menjadi 14%.³ Target tahunannya adalah 3,5% pada tahun 2022 dengan tingkat stunting sebesar 20,9%. Jika tujuannya diturunkan sebesar 3% per tahun, maka pada akhir tahun 2022 bisa mencapai 17,4% dan menjadi 14% pada akhir tahun 2023. Sedangkan target pemerintah federal pada tahun 2024 adalah 14%.⁴

Dilihat dari data tersebut, penulis menganggap masyarakat Indonesia khususnya Jawa Tengah bisa ikut dalam penanganan stunting bersama. Dalam hal tersebut warga masyarakat bisa mendapatkan hasil sesuai target yang telah ditentukan. Penulis menganggap salah satu penanganan stunting ini bisa dilakukan dari hal mendasar yaitu pengenalan asupan bergizi serta sehat pada anak. Asupan sehat dan bergizi bisa mencegah tumbuhnya penyakit dan membantu tumbuh kembang anak dengan baik. Pengenalan dan pemberian pola makan yang baik sangat bermanfaat bagi penanganan stunting pada anak.

³ <https://news.republika.co.id/berita/rv6z4w484/angka-stunting-di-jawa-tengah-masih-di-angka-208-persen>. (Diakses tanggal 3 september 2023)

⁴ Jatengprov, 'Jateng Optimis Capai Target Angka Stunting 14% Pada 2023', *Jatengprov.Go.Id*, 2023 <[https://jatengprov.go.id/publik/jateng-optimistis-capai-target-angka-stunting-14-persen-pada-2023/#:~:text=SEMARANG - Jawa Tengah menargetkan angka,menjadi 14 persen pada 2023](https://jatengprov.go.id/publik/jateng-optimistis-capai-target-angka-stunting-14-persen-pada-2023/#:~:text=SEMARANG-Jawa Tengah menargetkan angka,menjadi 14 persen pada 2023)> [accessed 3 September 2023].

Pola makanan yang sehat bagi anak usia dini bisa berupa pembiasaan makan 3 kali dalam sehari dengan waktu yang konsisten, mengonsumsi protein seperti ikan ataupun yang lainnya, mengonsumsi sayur-sayuran dan buah yang cukup, selain itu kurangi makan makanan instant, jajanan, dan makanan yang berminyak. Pembiasaan yang lainnya bisa dengan cara membawa air putih dan bekal dari rumah. Strategi mengenalkan pola makan sehat kepada anak bervariasi. Faktor internal atau eksternal yang berbeda menjadi sebab adanya ketidakbiasaan mengonsumsi asupan sehat.

Kegiatan yang dapat dilakukan untuk membiasakan anak untuk mengonsumsi makanan sehat atau bergizi seimbang yaitu salah satunya dengan melakukan kegiatan *cooking class*. *Cooking class* adalah aktivitas yang berlangsung dalam ruangan kelas, di mana bahan makanan diolah menjadi hidangan yang menarik dan menghibur bagi anak-anak.⁵ Kegiatan ini diselenggarakan dengan pendekatan pembelajaran yang menyenangkan untuk anak-anak usia dini. Mereka akan mengeksplorasi bahan makanan yang sudah disediakan sesuai dengan idenya. Selain mengenal pembelajaran yang hanya bersumber kertas, mereka juga bisa memahami media bahan makanan yang sehat dan bergizi.

Cooking class yang sering juga dikenal dengan kelas memasak bermanfaat untuk belajar mempelajari makanan sehat, karena dengan kegiatan ini anak dapat memahami dan memilih makanan apa saja yang sehat untuk dimakan sehari-

⁵ Nurjanah, Skripsi : “Meningkat minat anak dalam makanan bergizi melalui cooking class anak usia 5-6 tahun di TK Budi Luhur Kbupatrn Limpung Utara” (Lampung : UIN Raden Intan Lampung, 2019), hlm 9.

hari.⁶ Selain itu, pada aktivitas ini mereka dapat membuat bahan baku asli menjadi hidangan dan setelah jadi bisa langsung memakannya bersama dengan teman-teman. Pemilihan makanan pada saat kegiatan *cooking class* juga dipertimbangkan, guru dan orang tua biasanya memilih makanan yang lebih dikenal anak dan memiliki status gizi yang baik bagi tumbuh kembangnya. Terlebih lagi, *cooking class* memiliki kegunaan dalam memberikan pengalaman dalam mengubah bahan makanan mentah menjadi hidangan yang siap disantap, mengajarkan teknik memasak, mengenalkan peralatan dan bahan masak, serta merangsang minat anak-anak.

KB Harapan Bunda terletak di dukuh Brengkolang Desa Brengkolang, dengan jumlah pengajar 3 dan terdapat kurang lebih 26 peserta didik. KB Harapan Bunda berdiri pada tahun 2009, yang mulanya bertempat di rumah warga dan sekarang mempunyai gedung sendiri. Berdasarkan permasalahan yang diambil peneliti melakukan pengamatan di lapangan, pada tanggal 6 Maret 2023 di KB Harapan Bunda Desa Brengkolang Kecamatan Kajen dengan hasil yang menunjukkan bahwa anak dengan umur 4 sampai 5 tahun belum mengerti atau memahami apa itu makanan begizi.⁷ Terlihat pada saat rutinitas membawa bekal setiap hari sabtu, yang berjalan 1 bulan belakangan ini, anak-anak masih seringkali membawa makanan instan untuk dijadikan bekalnya ke sekolah. Peneliti melihat bahwa orang tua maupun guru PAUD disekitar belum menggunakan metode-metode yang menarik anak untuk mengenal asupan yang

⁶ Sri Novianti, Skripsi : “*Meningkatkan pengetahuan makanan sehat pada anak melalui kegiatan cooking class di TK Tunas Bangsa Balai Panjang Kecamatan Lareh Sago Halaban Kabupaten Lima Puluh Kota*” (Batusangkar : IAIN Batusangkar, 2018), hlm 3.

⁷ Hasil Observasi, KB Harapan Bunda Desa Brengkolang, Kajen 6 Maret 2023.

bergizi dan sehat. Situasi tersebut dikarenakan kurangnya kekreatifitasan guru dalam pembelajaran. Di KB Harapan Bunda masih menggunakan metode ceramah, menggunakan buku aktifitas dan lembar kerja siswa saja, yang menjadikan anak-anak kurang berantusias mendengarkan maupun memperhatikannya.

Selain itu, dilihat banyak anak yang mengonsumsi makanan cepat saji, makanan yang berminyak, dan pedas tanpa diselingi ataupun jarang mengonsumsi makanan yang sehat dan bergizi. Karena itulah peneliti mengangkat pembelajaran dengan metode *cooking class* untuk mengenalkan makanan yang sehat dan bergizi. Dengan metode *cooking class*, hal tersebut mampu dijadikan suatu alternatif yang bisa dipakai oleh pengajar maupun orang tua sebagai media pengenalan makanan sehat dan bergizi seimbang, karena media tersebut dapat menarik antusias dari anak.

Metode *cooking class* atau memasak ini juga bisa diterapkan di rumah, dan dilakukan bersama orang tua. Sambil menyiapkan makanan, orang tua dapat menjelaskan satu persatu bahan makanan yang akan di masak. Selain mengenalkan makanan yang sehat kepada anak, orang tua juga dapat mengedukasi anak dengan memasak atau mengolah makanan. Sehingga, penjelasan yang disampaikan peneliti menjadi dasar penarikan dilakukannya penelitian yang berjudul “Implementasi Metode *Cooking Class* Dalam Mengenalkan Makanan Bergizi Pada Anak Usia 4-5 Tahun di KB Harapan Bunda Desa Brengkolang Kecamatan Kajen Kabupaten Pekalongan”.

B. Rumusan Masalah

Dengan berlandaskan informasi di atas, peneliti mampu menyusun pertanyaan penelitian yang akan diinvestigasi sebagai berikut:

1. Bagaimana pelaksanaan kegiatan *cooking class* dapat menjadi wadah pengenalan makanan bergizi pada anak di KB Harapan Bunda Desa Brengkolang Kecamatan Kajen?
2. Bagaimana faktor pendukung dan penghambat dalam kegiatan *cooking class* menjadi daya tarik anak mengonsumsi makanan bergizi Di KB Harapan Bunda Desa Brengkolang Kecamatan Kajen?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian yang dilakukan diharapkan memiliki tujuan sebagai berikut :

1. Untuk mendeskripsikan pelaksanaan kegiatan *cooking class* bermanfaat untuk pengenalan makanan bergizi pada anak di KB Harapan Bunda Desa Brengkolang Kecamatan Kajen.
2. Untuk mendeskripsikan faktor penghambat dan pendukung kegiatan *cooking class* menjadi daya tarik anak mengonsumsi makanan bergizi di KB Harapan Bunda Desa Brengkolang Kecamatan Kajen.

D. Kegunaan Penelitian

Diharapkan penelitian ini bisa bermanfaat secara teoritis dan praktis.

1. Manfaat Teoritis
 - a. Melalui penelitian ini, kita bisa memperluas pengetahuan dan sumber pemikiran tentang penerapan *cooking class* sehingga dapat mengenal makanan bergizi pada anak umur 4-5 Tahun.

- b. Sebagai informasi bagi seorang guru agar dapat mengimplementasikan *cooking class* menjadi strategi pengenalan makanan bergizi, yang bisa dilakukan pada puncak tema.

2. Manfaat Praktis

- a. Untuk pengajar dapat dijadikan sebagai dorongan untuk senantiasa meningkatkan keterampilan dalam kegiatan *cooking class* untuk membuat kreasi makanan yang bergizi dan menarik minat bagi anak.
- b. Untuk mahasiswa sebagai bentuk pengetahuan dan keterampilan pada bentuk yang nyata dan tempat untuk menambah ilmu berfikir.
- c. Selain itu penelitian ini dapat dijadikan gagasan pada orang tua peserta didik supaya membiasakan mengonsumsi makanan bergizi untuk menunjang tumbuh kembang anak dengan mengkreasi makanan untuk menarik minat anak.

E. Metode Penelitian

1. Jenis dan pendekatan

a. Pendekatan Penelitian

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif. Penelitian kualitatif adalah penelitian yang tidak menggunakan angka-angka untuk mengumpulkan data dan menginterpretasikan hasil. Namun demikian bukan berarti peneliti tidak diperbolehkan menggunakan angka-angka dalam penelitian kualitatif ini. dalam tertentu, misalnya

untuk menyebutkan jumlah siswa, dan sebagainya.⁸ Pendekatan dalam penelitian ini memanfaatkan metode kualitatif yang mendeskripsikan data dalam bentuk informasi, penjelasan, kemudian dihubungkan dengan data lain untuk memperjelas gambaran yang ada.

b. Jenis penelitian

Penelitian ini termasuk dalam kategori studi lapangan, yang berarti penelitian dilakukan di lokasi di mana gejala-gejala yang menjadi objek penelitian terjadi. Penulis memilih melakukan penelitian ini karena terlibat secara langsung di lapangan dengan objek penelitian yang adalah anak-anak berusia 4-5 tahun di KB Harapan Bunda Desa Brengkolang Kecamatan Kajen.

2. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian dilakukan di KB Harapan Bunda Desa Brengkolang Kecamatan Kajen Kabupaten Pekalongan. Sedangkan waktu penelitian mulai tanggal 2 – 23 Desember.

3. Sumber Data

a. Sumber Data Primer

Sumber data primer merujuk pada individu atau pihak yang memberikan informasi awal yang menjadi dasar dalam penelitian. Dalam penelitian ini, guru kelas dan anak berperan sebagai narasumber utama.

⁸ Moh. Slamet Untung, *Metodologi Penelitian Teori Dan Praktik Riset Pendidikan Dan Sosial* (Yogyakarta: litera, 2022). hlm. 195.

Sumber informasi utama yang digunakan dalam penelitian ini adalah data hasil observasi kegiatan *cooking class* dan wawancara dengan guru kelas.

b. Sumber Data Sekunder

Sumber data sekunder adalah sumber yang tidak memberikan data secara langsung kepada peneliti, melainkan melengkapi data primer. Dalam konteks penelitian ini, sumber data sekunder diperoleh dari jurnal, dokumen, dan literatur yang relevan dengan fokus penelitian.

4. Teknik Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini melibatkan tiga teknik, yaitu observasi, wawancara, dan dokumentasi.

a. Observasi

Observasi adalah tindakan sistematis dalam mengamati serta mencatat gejala-gejala yang timbul pada subjek penelitian. Pengamatan ini dapat dilakukan dengan dua cara, yaitu melalui pengamatan langsung dan pengamatan tidak langsung. Pengamatan langsung merujuk pada peneliti yang mengamati objek penelitian secara langsung di lokasi dan waktu kejadian, sementara pengamatan tidak langsung melibatkan penggunaan perangkat atau alat sebagai perantara, seperti rekaman video, film, slide, atau gambar-gambar berurutan.

Tujuan dari observasi adalah untuk memperoleh gambaran yang akurat mengenai suatu peristiwa atau kejadian yang dapat digunakan untuk menjawab pertanyaan penelitian. Peneliti mengamati kegiatan pembelajaran *cooking class* di KB Harapan Bunda Desa Brengkolang

Kecamatan KAJEN yang digunakan untuk pengenalan makanan bergizi, mengamati bentuk kegiatan pembelajaran cooking class dalam minat anak mengonsumsi makanan bergizi pada anak usia 4-5 tahun.

b. Wawancara

Teknik wawancara adalah metode pengumpulan data yang melibatkan pengajuan pertanyaan secara lisan kepada narasumber. Dalam konteks penelitian kualitatif, wawancara merupakan dialog yang terstruktur dengan tujuan tertentu, dimulai dengan serangkaian pertanyaan yang bersifat informal. Wawancara ini bisa mencakup berbagai tingkat formalitas, berkisar dari percakapan yang santai hingga yang lebih resmi. Dalam perbedaannya dengan percakapan sehari-hari, dalam wawancara penelitian, tujuannya adalah untuk mendapatkan informasi dari satu sisi, sehingga menciptakan dinamika hubungan yang bersifat asimetris.⁹ Dalam penelitian ini, guru kelas diwawancarai untuk menggali informasi mengenai kegiatan cooking class sebagai pengenalan makanan sehat dan bergizi.

c. Dokumentasi

Teknik dokumentasi merupakan cara pengumpulan data yang melibatkan analisis konten dari dokumen yang relevan dengan masalah penelitian. Metode ini digunakan untuk menghimpun informasi yang telah terdokumentasikan dalam bentuk catatan, buku, agenda, dan sumber-

⁹ Imami Nur Rahmawati, 'Pengumpulan Data Dalam Penelitian Kualitatif : Wawancara', *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 11.1 (2017). hlm.35.

sumber tertulis lainnya.¹⁰ Seorang peneliti harus memiliki pemahaman atau sensitivitas untuk menginterpretasikan semua dokumen yang tercatat sehingga dokumen-dokumen tersebut tidak hanya menjadi kumpulan informasi yang tidak memiliki makna.

5. Teknik Analisis Data

Pada penelitian kualitatif, proses analisis data dimulai sebelum penelitian dilakukan di lapangan, berlangsung selama berada di lapangan, dan berlanjut hingga tahap penulisan hasil penelitian. Analisis dimulai sejak perumusan dan klarifikasi masalah sebelum penelitian dilaksanakan.¹¹

Dalam penelitian ini, pendekatan yang diterapkan adalah metode deskriptif yang bertujuan untuk memberikan penjelasan mengenai karakteristik atau atribut individu, situasi, atau kelompok tertentu. Hal ini dilakukan untuk memahami bagaimana gejala tersebut tersebar dan bagaimana hubungannya dengan gejala lainnya. Namun, dalam konteks penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif, fokusnya lebih pada pemahaman tentang cara gejala tersebut muncul dan berkembang.¹² Metode ini bertujuan untuk menggambarkan dan menafsirkan suatu hal, pengembangan pandangan, berjalannya kejadian akibat suatu proses, serta tren yang tengah berkembang. Dalam prinsip dasar metode deskriptif ini, peneliti berupaya memberikan gambaran yang komprehensif mengenai

¹⁰ Mukhtazar, *PROSEDUR PENELITIAN PENDIDIKAN* (Yogyakarta: ABSOLUTE MEDIA, 2020). hlm. 82-83.

¹¹ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Dan R & D* (Bandung: CV Alfabeth, 2014).

¹² Nurul Ulfatin, *Metode Penelitian Kualitatif Di Bidang Pendidikan* (Malang: Media Nusa Creative, 2015). hlm 46.

efektivitas kegiatan Cooking Class dalam memperkenalkan makanan bergizi kepada anak usia 4-5 tahun.

Dalam penelitian kualitatif, analisis data adalah proses yang berkelanjutan selama seluruh rangkaian penelitian, dimulai sebelum masuk ke lapangan hingga selesai penelitian. Menurut konsep yang diajukan oleh Miles dan Huberman, terdapat tiga jenis kegiatan yang terlibat dalam proses analisis data, yaitu:

a. Pengumpulan data

Informasi yang diperoleh dari dokumentasi, observasi, dan wawancara direkam dalam catatan yang terbagi menjadi dua jenis berupa catatan deskriptif serta catatan reflektif. Catatan deskriptif adalah catatan yang bersifat objektif dan mencatat informasi secara alami, tanpa adanya pandangan atau interpretasi peneliti terhadap peristiwa yang diamati. Di sisi lain, catatan reflektif merupakan dokumentasi yang mencakup impresi, komentar, opini, dan penafsiran peneliti terhadap temuannya, dan digunakan sebagai panduan untuk pengumpulan data di proses selanjutnya.

b. Konduksi data

Mereduksi data adalah sebuah proses yang kompleks yang mengharuskan kecerdasan, kemampuan fleksibilitas, dan pemahaman yang tinggi. Pengurangan data melibatkan proses merangkum, memilih poin-poin kunci, fokus pada elemen yang signifikan, dan penemuan pola dan tema yang relevan. Dengan cara ini, informasi yang dipersempit

memunculkan pandangan lebih terperinci, memudahkan penelitian dalam pengkolektifan data lanjutan, jika diperlukan.¹³

Mereduksi data bertujuan untuk memilih data yang memiliki relevansi dan signifikansi, serta memfokuskan perhatian pada data yang mendukung pemecahan masalah atau membantu dalam menemukan, menginterpretasi, atau menjawab pertanyaan penelitian. Proses ini melibatkan penyederhanaan, pengaturan secara sistematis, dan penjelasan aspek-aspek kunci dari temuan dan artinya. Dalam pengurangan data ini, hanya data temuan atau observasi yang berhubungan terkait problematika penelitian yang dipertahankan. Dalam maksud, pengurangan data berfungsi mengasah analisis, mengelompokkan, mengarahkan perhatian, menghilangkan informasi tidak relevan, serta merancang informasi agar mempermudah penarikan kesimpulan oleh peneliti.

c. Penyajian data

Informasi disampaikan dalam bentuk tulisan atau melalui elemen visual seperti tabel, grafik, dan gambar. Tujuannya guna mengorganisasi data dengan cara yang mencerminkan situasi yang sedang diidentifikasi. Peneliti merancang narasi, tabel, atau grafik dalam mempermudah pengelolaan informasi yang ada. Tindakan ini dilakukan agar peneliti dapat mengelola informasi dengan lebih mudah, baik secara keseluruhan maupun dalam konteks khusus hasil penelitian.

¹³ Sirajuddin Saleh, *Analisis Data Kualitatif* (Bandung: Pustaka Ramadhan, 2017). hlm. 92.

d. Penarikan kesimpulan

Kesimpulan dihasilkan sepanjang proses penelitian, mirip dengan tahapan reduksi data. Kesimpulan awal dapat diambil begitu data yang mencukupi telah terkumpul, dan kesimpulan akhir dibuat ketika data sudah mencukupi. Awalnya, kesimpulan tersebut bersifat sementara, tidak terlalu jelas, dan bisa diragukan. Namun, seiring dengan tambahan data dari wawancara dan hasil observasi, serta melalui analisis seluruh hasil penelitian, kesimpulan ini harus disempurnakan dan diverifikasi selama berlangsungnya penelitian.¹⁴

F. Sistematika Penulisan Skripsi

Pembagian sistematis dalam penulisan skripsi melibatkan tiga sektor utama, yaitu pendahuluan, pokok pembahasan, dan penutup. Bagian pendahuluan mencakup unsur-unsur seperti halaman judul, pernyataan keabsahan, surat pemberitahuan dari pembimbing, persetujuan, penghargaan, moto, abstrak, pengantar, indeks, daftar tabel, dan daftar gambar. Sementara itu, bagian inti atau pokok pembahasan terdiri dari lima bab utama yang diorganisir secara terstruktur.

BAB I: Pendahuluan

Pada bagian ini, terdapat enam sub bagian yang meliputi latar belakang masalah, perumusan masalah, tujuan penelitian, kegunaan penelitian, metode penelitian (yang meliputi jenis penelitian, pendekatan penelitian, lokasi dan

¹⁴ Sirajuddin Saleh, *Analisis Data Kualitatif* (Bandung: Pustaka Ramadhan, 2017).hlm. 95-97

waktu penelitian, sumber data, teknik pengumpulan data, serta teknik analisis data), dan sistematika penulisan.

BAB II: Landasan Teori

Bab ini dibagi menjadi tiga sub-bab. Sub-bab pertama menjelaskan tentang metode pembelajaran, yang mencakup definisi metode pembelajaran dan ragam metode pembelajaran. Sub-bab kedua membahas Cooking Class, termasuk definisi, langkah memasak, serta tujuan dan manfaat dari kegiatan memasak. Sub-bab ketiga menjelaskan makanan bergizi, termasuk definisi makanan sehat bergizi, komposisi gizi makanan bergizi, syarat-syarat makanan bergizi, dan manfaat makanan bergizi. Selanjutnya, terdapat dua sub-bab yang membahas penelitian yang relevan dan kerangka berpikir.

BAB III: Hasil Penelitian

Bagian ini terdiri dari tiga sub-bab. Sub-bab pertama memuat profil tempat penelitian, sub-bab kedua berisi hasil penelitian, yang terdiri dari pelaksanaan kegiatan *cooking class* serta faktor pendukung dan penghambat dari kegiatan *cooking class*.

BAB IV: Analisis Penelitian

Dalam bab ini, berisi analisis mengenai hasil penelitian dari indikator pelaksanaan kegiatan *cooking class* di KB Harapan Bunda serta faktor pendukung dan penghambat dari kegiatan *cooking class* di KB Harapan Bunda Desa Brengkolang.

BAB V: Penutup

Bab terakhir ini berisi kesimpulan dari hasil penelitian dan saran-saran yang dapat diambil dari penelitian ini. Bagian akhir dari skripsi mencakup daftar pustaka dan lampiran-lampiran.



BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di KB Harapan Bunda Desa Brengkolang Kecamatan Kajen terkait implementasi metode *cooking class* dalam mengenalkan makanan bergizi pada anak di kb harapan bunda desa brengkolang kecamatan kajen kabupaten pekalongan, dapat disimpulkan bahwa implementasi menumbuhkan pengetahuan mengenai makanan bergizi di KB Harapan Bunda Desa Brengkolang menerapkan pembelajaran metode *cooking class* yang dilaksanakan pada sabtu 9 Desember 2023 dengan kegiatan *cooking class* sate buah dan dilaksanakan pada Senin 11 Desember 2023 dengan kegiatan *cooking class* membuat jus mangga. Pelaksanaan tersebut dilakukan pada dua kelas, yaitu kelas A dan Kelas B.

Dari pelaksanaan tersebut sebelumnya sudah melalui perencanaan yang matang terlebih dahulu. Perencanaan dilakukan oleh pendidik mulai dari pembuatan Prota, Prosem, RPPM dan RPPH. Kegiatan *cooking class* dipersiapkan dengan baik oleh pendidik sesuai dengan tujuannya.

Pelaksanaan implementasi metode *cooking class* dalam mengenalkan makanan bergizi pada anak di KB Harapan Bunda Desa Brengkolang Kecamatan Kajen kabupaten pekalongan. Kegiatan *cooking class* dilaksanakan satu kali dalam dua bulan, dan terhitung dari pembelajaran awal sudah dijalankan selama 10 bulan atau 5 kali pertemuan per bulan Januari 2024. Pada

pelaksanaan *cooking class* ada 3 tahap, yaitu a. Persiapan, b. Pelaksanaan, c. Penyelesaian.

Evaluasi pembelajaran bertujuan untuk mengetahui seberapa berhasilnya dalam implementasi metode *cooking class* dalam mengenal makanan bergizi pada anak di KB Harapan Bunda. Dalam evaluasi pendidik mengamati langsung keadaan di lapangan serta mengerti perkembangan anak. Dari pengamatan ini pendidik merancang penilaian yang terdiri dari ceklis dan catatan anekdot.

Faktor penghambat dan pendukung implementasi metode *cooking class* dalam mengenalkan makanan bergizi pada anak di KB Harapan Bunda yaitu faktor penghambat meliputi kebiasaan makan anak yang sembarangan, keterbatasan alat dalam melaksanakan *cooking class* dan kesadaran orang tua terhadap bekal sekolah dan makanan anak masih kurang. Serta faktor pendukungnya sendiri yaitu jenis makanan yang beragam dan baru bagi anak, dan variasi menu yang berganti setiap bulan.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang Implementasi Metode *Cooking Class* Dalam Mengenalkan Makanan Bergizi Pada Anak Di KB Harapan Bunda Desa Brengkolang Kecamatan Kajen Kabupaten Pekalongan, peneliti memberikan beberapa saran, yaitu :

1. Kepada pihak sekolah KB Harapan Bunda Desa Brengkolang hendaknya dapat melengkapi dan menambah fasilitas (sarana dan prasarana) yang menunjang dalam pelaksanaan pembelajaran khususnya yang dapat mendukung kegiatan di kelas. Metode *cooking class* ini sudah terlaksana

dengan baik, namun perlu ditingkatkan dan dikembangkan lagi dan perlunya menjalin hubungan yang baik dengan pihak kesehatan setempat serta pelaksanaan parenting day yang rutin bagi orang tua atau peserta didik.

2. Kepada guru di KB Harapan Bunda Desa Brengkolang kiranya dapat membuat perencanaan yang lebih jelas lagi, dan lebih meningkatkan kegiatan *cooking class* untuk meningkatkan pengenalan makanan bergizi. Sebagai pemberi inspirasi, guru harus mampu menciptakan, menemukan, atau mengembangkan hal-hal baru dalam kegiatan pembelajaran untuk membantu siswanya maju. Serta bisa memanfaatkan makanan yang bisa diambil dari sekitar tempat tinggal, karna dari hal tersebut orang tua tidak merasa terbebani dan anak juga lebih menghargai makanan yang ada.

3. Bagi orang tua agar dapat memperhatikan makanan yang di bawa dan dikonsumsi anak, serta dengan adanya kegiatan *cooking class* ini orang tua diharapkan membantu mengenalkan makanan yang sehat sebagai pembiasaan anak di sekolah maupun di rumah. Dalam memberikan dan memperhatikan status gizi dan kesehatan bagi anak hendaknya melibatkan anak, orang tua tidak selalu mengikuti semua keinginan anaknya. Ada waktunya orang tua memberikannya dan tidak. Orang tua harus cermat ketika mendidik anak. Sebagai orang tua perlu memiliki pengetahuan luas tentang kesehatan gizi bagi anak, apabila gizi yang cukup tidak didapatkan anak berpengaruh pada pertumbuhan dan perkembangan anak

4. Bagi peneliti berikutnya yang ingin juga mengkaji mengenai Implementasi Metode *Cooking Class* Dalam Mengenalkan Makanan Bergizi Pada Anak,

hendaknya perlu memahami terlebih dahulu bagaimana hubungan orang tua dengan pihak sekolah, serta program-program yang dilaksanakan oleh sekolah untuk meningkatkan mutu dan memperhatikan kesehatan serta tumbuh kembang peserta didiknya.



DAFTAR PUSTAKA

- Agung, A. Gede. Metodologi Penelitian Pendidikan (Singaraja: Undiksha Singaraja. 2012)
- Akbar, Elivil, Metode Belajar Anak Usia Dini (Jakarta: Kencana, 2020)
- Aisyah, Siti, Perkembangan Dan Konsep Dasar Pengembangan Anak Usia Dini (Tangerang Selatan, 2021)
- Amaros, Peran Kegiatan Fun Cooking Dalam Kemampuan Sosial Emosional Dan Bahasa Anak, Jurnal Al-Azhar Indonesia Seri Humaniora, 4.4 (2018)
- Aziza, Priscila Nur, Meningkatkan Minat Anak Dalam Makanan Bergizi Melalui Cooking Class Berbahan Dasar Ikan Di TK Sriwijaya Bandar Lampung (Bandar Lampung: UIN Raden Intan Lampung, 2022)
- Azrimaidaliza, Optimalisasi Tumbuh Embang Balita Melalui Promosi Gizi, Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat, 3.2 (2019).
- Diana, Salsabilla Putri. and Zulminiati, Pengaruh Kegiatan Fun Cooking Dalam Meningkatkan Kemampuan Sains Anak Kelompok B Di Taman Kanak-Kanak Telkom Schools Padang, Jurnal Pendidikan AURA (Anak Usia Raudhatul Atfhal), 3.1 (2022)
- Faturohman, M & Sulistyorini. Implementasi Manajemen Peningkatan Mutu Pendidikan Islam Peningkatan Lembaga Pendidikan Islam Secara Holistik. (Yogyakarta: Teras, 2012)
- Gunarsa, Singgih D. 2022. Bunga Rampai Psikologi Perkembangan dari Anak Sampai Usia Lanjut. Jakarta: BPK Gunung Mulia
- Hardiansyah, and D.N. Supariasa, Ilmu Gizi Teori & Aplikasi (Jakarta: EGD, 2014)
- https://www.danonenutrindo.org/prinsipl_pentingnya_makan_makanan_beraneka_ragam.php#:~:text=Makin%20beragam%20pola%20hidangan%20makanan,kebutuh%20akan%20berbagai%20zat%20gizi (diakses 29 februari 2024.
- Irianto, Djoko Pekik, Pedoman Gizi Lengkap Keluarga & Olahragawan (Yogyakarta: Penerbit Andi Yogyakarta, 2017)
- Jatengprov, Jateng Optimis Capai Target Angka Stunting 14% Pada 2023, Jatengprov.Go. Id. 2023 <[https://jatengprov.go.id/publik/jateng-optimistis-capai-target-angka-stunting-14-persen-pada-2023/#:~:text=SEMARANG Jawa Tengah menargetkan angka, menjadi 14 persen pada 2023](https://jatengprov.go.id/publik/jateng-optimistis-capai-target-angka-stunting-14-persen-pada-2023/#:~:text=SEMARANG%20Jawa%20Tengah%20menargetkan%20angka,menjadi%2014%20persen%20pada%202023)> [accessed 3 September 2023]

- Maharani, N., Istiyati, S., & Palupi, W. Kegiatan Cooking Class Sebagai Upaya Pembiasaan Mengonsumsi Makanan Sehat Pada Anak Usia 4-5 Tahun. *Jurnal Kumara Cendekia*, 7.3 (2019)
- Majid, Abdul. Implementasi Kurikulum 2013 Kajian Teoritis Dan Praktis. (Yogyakarta : Interes Media, 2014)
- Muhimmah, Muhimah & Farapti, "Ketersediaan dan Prilaku Konsumsi Makanan Jajanan dengan Status Gizi pada Anak Sekolah Dasar". *Jurnal Media Gizi Kesma*. 12.1 (2023)
- Mukhtazar, PROSEDUR PENELITIAN PENDIDIKAN (Yogyakarta: ABSOLUTE MEDIA, 2020)
- Purnama, Sigit & Miratul Hayati, "Assemen Pembelajaran Pada Anak Usia Dini". *Jurnal Direktorat Jenderal Pendidikan Islam*, (2019)
- Rahmawati, Imami Nur, "Pengumpulan Data Dalam Penelitian Kualitatif: Wawancara", *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 11.1 (2017)
- Rasid, Julacha., Wondal, R., & Samad, R. "Kajian tentang Kegiatan cooking class dalam meningkatkan Keterampilan Motorik Halus Anak Usia 5-6 Tahun. *jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 3.1 (2020)
- Saleh, Sirajuddin, Analisis Data Kualitatif (Bandung: Pustaka Ramadhan, 2017)
- Sanjaya, Wina, Strategi Pembelajaran Berorientasi Standar Proses Pendidikan (Jakarta: Kencana-Prenada Media Group, 2008)
- Sriwahyuni, Eci, and Nofialdi, "Metode Pembelajaran Yang Digunakan Paud (Pendidikan Anak Usia Dini) Permata Bunda, *Jurnal Thufula*, 4.1 (2016)
- Sugiyono, Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D (Bandung: CV Alfabeth, 2014)
- Suryana, Dadan, Pendidikan Anak Usia Dini Teori Dan Praktik Pembelajaran (Jakarta: Penerbit Prenada Media Group, 2021)
- Tatminingsih, Sri, Dasar Dasar Pendidikan Anak Usia Dini (Tangerang Selatan: Universitas Terbuka, 2019)
- Ulfatin, Nurul, Metode Penelitian Kualitatif Di Bidang Pendidikan (Malang: Media Nusa Creative, 2015)
- Untung. Moh. Slamet, Metodologi Penelitian Teori Dan Praktik Riset Pendidikan Dan Sosial (Yogyakarta: litera, 2022)
- W. Pramita Enka. 2010. Rahasiannya Otak Anak Usia Emas. Jakarta: Inter Prebook

Yulina, Eka dkk. Peran Guru dalam Pengenalan makanan Bergizi Seimbang pada Anak Usia 5-6. Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa, 12.8 (2023)

