

Peran Guru Dalam Penerapan Pola Hidup Sehat Dengan Gizi Seimbang Di Paud Jaya Lestari Desa Abu Sakim Bengkulu Tengah

Lina Ependi, Rita Prima Bendriyanti, Lydia Margaretha

Affiliation:

1. PAUD Jaya Lestari
Desa Abu Sakim
Bengkulu Tengah

Corresponding Author:

fildzacherlia@gmail.com



Abstract

Penelitian bertujuan untuk mendeskripsikan peran guru dalam penerapan pola hidup sehat dengan gizi seimbang di PAUD Jaya Lestari Desa Abu Sakim Bengkulu Tengah. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kualitatif. Penelitian kualitatif merupakan penelitian yang menghasikan dan mengolah data yang bersifat deskriptif. Pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian adalah dengan menggunakan wawancara dan dokumentasi. Guru memiliki peran yang besar terhadap penerapan pola hidup sehat dengan gizi seimbang di sekolah. Berdasarkan hasil penelitian, menunjukkan bahwa guru memiliki peran dalam penerapan pola hidup sehat dengan gizi seimbang. Dimana guru telah memberikan pembiasaan-pembiasaan seperti pembiasaan cuci tangan sebelum dan sesudah makan, pembiasaan pemeriksaan kuku secara rutin, pembiasaan minum air putih, pemberian makanan tahapan satu bulan sekali, pemeriksaan DDTK dan mengenalkan dan membiasakan anak untuk memakan makanan yang bergizi.

Keyword: Peran Guru, Pola Hidup Sehat, Gizi Seimbang

Pendahuluan

Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) pada dasarnya adalah sebuah sekolah yang diselenggarakan dengan tekad untuk bekerja dengan pengembangan dan peningkatan anak usia dini secara keseluruhan atau menggaris bawahi kemajuan semua bagian karakter anak. Oleh karena itu, pendidikan anak usia dini memberikan kebebasan kepada anak untuk mengembangkan karakter dan potensinya tanpa membatasi. Berdasarkan premis ini, yayasan pendidikan anak usia dini perlu memberikan latihan yang berbeda yang dapat menumbuhkan berbagai aspek perkembangan, misalnya intelektual, sosial, gairah, fisik, dan motorik (Suyadi, 2014 : 33).

Usia dini merupakan usia yang tepat untuk diberikan berbagai konsep hidup sebagai bekal di kehidupan selanjutnya, sejak manusia lahir dari kandungan ibu hingga dapat hidup mandiri membutuhkan waktu yang sangat lama dibandingkan dengan makhluk hidup lainnya (Maryatun, 2016: 747). Pengetahuan yang ada dalam ajaran Islam harus diajarkan melalui pendidikan sejak dini karena anak sejak kecil telah memiliki naluri psikologis- ilmiah yang harus dibangun melalui pendidikan (Inawati, 2017: 55). Pendidikan anak usia dini memegang peranan penting dalam perkembangan anak, karena pendidikan ini merupakan pondasi awal bagi anak sebelum memasuki jenjang pendidikan selanjutnya.

Pendidikan gizi tidak hanya berlaku untuk anak usia dini, alasan utama pendidikan gizi untuk anak usia dini adalah agar mereka mengetahui tentang makanan bergizi dan diimbangi dengan berbagai jenis makanan, keluarga yang menggaris bawahi makan sumber makanan bergizi, padat, bergizi dan disesuaikan, Ketika ada keluarga yang tidak peduli dengan anak-anak mereka sama sekali makanan bergizi, karena yang menarik, anak-anak kenyang atau berkecukupan (Kurnia, 2015 : 109).

Tingginya tingkat gizi buruk anak di Indonesia bisa jadi karena beberapa faktor, misalnya tingkat ekonomi dan kesulitan mencari pekerjaan yang mempengaruhi kemampuan wali untuk memberikan makanan berkualitas tidak dapat disangkal menantang, desinfeksi tak

berdaya. menyebabkan kondisi rumah yang tidak sehat dan selanjutnya mempengaruhi makanan yang akan ditangani, instruksi beberapa wali memiliki tingkat pendidikan yang rendah yang menyebabkan mereka tidak mengetahui pentingnya asupan gizi bagi tumbuh kembang anak, dan dampak pemberian makanan pada anak untuk masa depan mereka (Inten dan Permatasari, 2019 :368).

Kurangnya kondisi nutrisi yang sehat akan mempengaruhi banyak organ dan sistem. Kekurangan protein yang terjadi pada masa anak usia dini dapat menyebabkan gangguan latihan yang ditunjukkan dengan usia formatif, yang dapat dilihat melalui kemampuan menggambar, membuat garis, dan memotong kertas. Pertumbuhan anak ditopang oleh nutrisi yang tepat dan sesuai, karena nutrisi yang tidak merata dan status kesehatan yang rendah akan sangat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan (Hanur, 2019: 60).

Berdasarkan hasil Observasi awal peneliti di PAUD Jaya Lestari Kecamatan Pondok Kelapa Kabupaten Bengkulu Tengah menunjukkan bahwa, ada permasalahan tentang gizi seimbang anak yang belum terpenuhi. Terlihat dari anak yang kurang bersemangat untuk mengikuti proses belajar, anak tampak lemah, lesu, kurang mau beraktivitas dan tidak mau ikut berbaur dengan teman-temannya.

Hal ini terlihat dari ketika anak diberikegiatan kelompok, dari 18 orang anak didik hanya 15 orang anak yang aktif dan 3 anak lainnya tidak aktif didalam proses pembelajaran. Salah satu permasalahan gizi pada anak yang cukup umum terjadi adalah berat badan yang kurang dari kata ideal. Ada sejumlah faktor yang bisa memicu terjadinya kondisi ini, salah satu yang paling umum adalah kurangnya nutrisi yang diberikan seperti karbohidrat, protein, dan lemak. Kondisi inilah yang terjadi di PAUD Jaya Lestari ada tiga orang anak yang berat badannya tidak sesuai dengan tingkat usianya.

Gizi sangat dipengaruhi oleh pola makanan pada anak-anak. Jika pola makanan anak tidak tercapai dengan baik maka pertumbuhan anak akan terganggu, anak bisa menjadi kurus dan pendek. Berdasarkan permasalahan diatas penulis ingin meneliti secara mendalam tentang perkembangan gizi seimbang pada anak usia dini yaitu peran guru dalam penerapan pola hidup sehat dengan gizi seimbang di PAUD Jaya Lestari Desa Abusakim Kecamatan Pondok Kelapa.

Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kualitatif. Penelitian kualitatif merupakan penelitian yang menghasikan dan mengolah data yang bersifat deskriptif. Pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian adalah dengan menggunakan wawancara dan dokumentasi. Subjek dalam penelitian ini adalah guru di PAUD Jaya Lestari Desa Abu Sakim Bengkulu Tengah.

Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara maka diuraikan peran guru dalam penerapan pola hidup sehat dengan gizi seimbang di PAUD Jaya Lestari Desa Abu Sakim Bengkulu Tengah sebagai berikut:

1. Pembiasaan cuci tangan sebelum dan sesudah makan
-

- Mencuci tangan sebelum dan sesudah makan merupakan salah satu pembiasaan yang wajib diterapkan. Mencuci tangan sebelum dan sesudah makan dilakukan agar makanan dan minuman yang masuk ke dalam tubuh tidak mengandung bakteri. Apalagi seperti yang diketahui anak merupakan pribadi aktif yang suka bermain sehingga sering bersentuhan dengan tempat atau mainan yang kotor, untuk itulah pentingnya mencuci tangan sebelum dan sesudah makan. Berdasarkan observasi, anak dibiasakan untuk mencuci tangan sebelum dan sesudah makan oleh guru. Sarana berupa tempat cuci tangan yang disediakan oleh sekolah menunjang pembiasaan ini dilakukan dengan baik.
2. Pemeriksaan kuku secara berkala Pemeriksaan kuku tentunya merupakan pembiasaan yang wajib pula dilakukan. Hal ini berkaitan dengan penggunaan tangan yang digunakan saat makan, untuk itu diperlukannya kuku yang bersih. Berdasarkan observasi dan wawancara, pembiasaan ini dilakukan seminggu sekali setiap hari senin guru melakukan pemeriksaan kuku.
 3. Pemberian Makanan Tambahan (PMT)
Salah satu bentuk dukungan gizi seimbang anak yang dilakukan di PAUD Jaya Lestari adalah dengan adanya program PMT atau pemberian makanan tambahan yang rutin dilakukan satu bulan sekali. Program ini dibuat dengan tujuan untuk memberikan nutrisi kepada anak seperti buah-buahan, sayuran, susu, telur ataupun makanan bergizi lainnya sebagai penunjang gizi anak.
 4. Pemeriksaan DDTK
Pemeriksaan DDTK merupakan salah satu program yang ada di layanan PAUD. Kegiatan ini biasanya dilakukan satu bulan sekali dan dapat dilakukan oleh lembaga sendiri ataupun bekerja sama dengan Puskesmas terkait. Berdasarkan wawancara yang dilakukan, kegiatan ini rutin dilakukan oleh PAUD Jaya Lestari Desa Abu Sakim Bengkulu Tengah dan telah bekerjasama dengan Puskesmas setempat.
 5. Pembiasaan minum air putih
Meminum air putih merupakan salah satu bentuk pembiasaan yang harus anak lakukan. Air putih merupakan minuman yang sehat dan mudah untuk dijangkau oleh semua orang. Berdasarkan hasil observasi anak dibiasakan untuk membawa minum air putih dari rumah mereka sendiri-sendiri. Pembiasaan ini dilakukan untuk mengurangi anak dalam meminum minuman kemasan yang tentunya tidak baik untuk kesehatan anak jika diminum secara berlebihan.
 6. Memakan makanan dan minuman yang bergizi
Agar anak mempunyai gizi yang seimbang, maka anak harus memakan makanan yang bergizi. Berdasarkan wawancara, pengenalan makanan yang bergizi dilakukan oleh guru dengan tujuan agar anak mengetahui makanan dan minuman yang bergizi dan baik dikonsumsi oleh anak. Pengenalan makan dan minuman yang bergizi dilakukan dengan berbagai media pembelajaran penunjang. Selain itu, guru juga melakukan sosialisasi dengan orang tua mengenai makanan dan minuman yang bergizi. Sosialisasi juga dilakukan mengenai bekal makan anak ke sekolah untuk membawa makanan yang bergizi bagi anak.
-

Pembahasan

Peran guru dalam penerapan pola hidup sehat dengan gizi seimbang berdasarkan observasi dan wawancara yang telah dilakukan, guru telah menerapkan pola hidup sehat dan gizi seimbang pada anak di PAUD Jaya Lestari Desa Abu Sakim Bengkulu Tengah. Guru telah menerapkan pola hidup sehat dengan pembiasaan cuci tangan sebelum dan sesudah makan. Kegiatan pembiasaan ini merupakan salah satu pedoman program PHBS, dimana anak dibiasakan untuk mencuci tangan sebelum dan sesudah makan.

Kegiatan mencuci tangan sebelum makan dan minum dilakukan bertujuan untuk menghindari bakteri yang menempel di tangan saat anak bermain atau memegang benda yang ada disekitarnya. Hal ini sejalan dengan pendapat Retno yang menyatakan bahwa tangan adalah bagian tubuh kita yang paling banyak tercemar kotoran dan bibit penyakit. Ketika memegang sesuatu, dan berjabat tangan, tentu ada bibit penyakit yang melekat pada kulit tangan kita. Telur cacing, virus, kuman dan parasit yang mencemari tangan, akan menpel pada orang lain yang kita ajak berjabat tangan atau bahkan saat kita makan dengan tangan yang tidak bersih, kotoran tertelan dan sudah barang tentu akan mengganggu pencernaan (Suprpto, 2020: 140).

Penerapan pola hidup sehat selanjutnya adalah dengan pemeriksaan kuku secara berkala. Pembiasaan ini dilakukan seminggu sekali dengan memeriksa kuku anak setiap hari Senin untuk mengetahui apakah kuku anak sudah bersih dan dipotong. Pembiasaan ini bertujuan untuk anak terbiasa dalam menjaga kebersihankukunya.

Dalam penerapan gizi seimbang, salah satu program khusus yang rutin dilakukan oleh PAUD Jaya Lestari Desa Abu Sakim Bengkulu Tengah adalah program PMT atau pemberian makanan tambahan. Kegiatan ini bertujuan untuk menambah nutrisi anak dengan pemberian makanan yang bergizi berupa buah-buahan, sayuran, telur, susu dll yang baik untuk pemenuhan gizi seimbang anak. Tujuan lainnya seperti yang disampaikan Suarez (dalam Ningsih, 2020: 5) yaitu untuk meningkatkan kecukupan asupan gizi peserta didik melalui makanan tambahan, meningkatkan ketahanan fisik dan kehadiran peserta didik dalam mengikuti kegiatan belajar, meningkatkan kesehatan anak khususnya dalam penanggulangan penyakit cacangan, meningkatkan pengetahuan dan perilaku peserta didik untuk menyukai makanann lokal gizi.

Penerapan pola hidup sehat dengan gizi seimbang selanjutnya adalah pembiasaan minum air putih. Minum air putih memiliki banyak manfaat bagi tubuh kita. Menurut John (Sunandar, 2021: 71) air berfungsi sebagai untuk menjaga kesegaran, mengeluarkan racun dalam tubuh dan juga membantu pencernaan. Selain itu, air memiliki manfaat lain yang sangat baik untuk kesehatan manusia, menjaga kebugaran, memperlancar sirkulasi darah, menyehatkan jantung, memberikan efek relaksasi, merawat kecantikan, dan untuk kesuburan.

Dengan begitu banyak manfaat air putih, maka pembiasaan minum air putih dilakukan di PAUD Jaya Lestari Desa Abu Sakim Bengkulu Tengah. Pembiasaan ini juga bertujuan agar anak dapat mengurangi mengkonsumsi minuman yang banyak mengandung bahan kimia yang tentunya tidak baik dikonsumsi oleh tubuh. Pembiasaan ini dilakukan dengan anak yang membawa botol minum dari rumah masing-masing.

Pembiasaan pola hidup sehat dengan gizi seimbang lainnya yang dilakukan di PAUD Jaya Lestari Desa Abu Sakim Bengkulu Tengah adalah memakan makanan dan minuman yang bergizi. Dalam penerapan pola hidup sehat dan gizi seimbang tentunya dilakukan dengan

memakan makanan dan minuman yang bergizi. Dalam hal ini guru sebagai pendidik mengenalkan makanan yang bergizi dengan tujuan agar anak mengetahui makanan dan minuman yang bergizi dan baik dikonsumsi oleh anak.

Anak perlu dibekali pengetahuan bagaimana mengenal makanan dan minuman yang sehat. Dengan bekal pengetahuan itu, anak siap memilih dan memilih makanan dan minuman yang akan dikonsumsi. Pembelajaran pengenalan makanan bergizi di sekolah memberikan peran penting untuk pengetahuan dan pengaruh pola hidup sehari-hari anak usia dini. Melalui pengenalan makanan bergizi dapat membiasakan peserta didik untuk mengonsumsi makanan bergizi setiap hari (Rina, 2016:2).

Pengenalan makan dan minuman yang bergizi dilakukan dengan berbagai media pembelajaran penunjang. Selain itu, guru juga melakukan sosialisasi dengan orang tua mengenai makanan dan minuman yang bergizi. Sosialisasi juga dilakukan mengenai bekal makan anak ke sekolah untuk membawa makanan yang bergizi bagi anak. Hal ini dilakukan dengan harapan agar anak dapat mengonsumsi makanan yang baik dan bergizi bagi anak.

Pererapan pola hidup sehat dengan gizi seimbang di PAUD Jaya Lestari Desa Abu Sakim Bengkulu Tengah selanjutnya adalah pemeriksaan DDTK secara rutin. DDTK atau deteksi dini tumbuh kembang anak merupakan kegiatan pemantauan pertumbuhan dan perkembangan anak. Pertumbuhan merupakan suatu perubahan dalam ukuran tubuh dan merupakan sesuatu yang dapat diukur seperti tinggi badan, berat badan, lingkar kepala yang dapat dibaca pada buku pertumbuhan hendaknya mengenal pola pertumbuhan dan perkembangan anak sehingga dapat memantau perkembangan anak. Pemantauan pertumbuhan ini dapat dilakukan di sekolah dengan menggunakan suatu alat pemeriksaan Deteksi Dini Tumbuh Kembang Anak (DDTK) (Sum, 2022: 31).

Pemeriksaan DDTK dilakukan satu bulan sekali dan dapat dilakukan oleh lembaga sendiri ataupun bekerja sama dengan Puskesmas terkait. Berdasarkan wawancara yang dilakukan, kegiatan ini rutin dilakukan oleh PAUD Jaya Lestari Desa Abu Sakim Bengkulu Tengah dan telah bekerjasama dengan Puskesmas setempat. Tujuan kegiatan ini adalah untuk mengetahui sejauh mana pertumbuhan dan perkembangan anak sesuai dengan standar pencapaian yang telah ditetapkan. Nantinya hasil laporan pertumbuhan dan perkembangan anak akan disampaikan kepada orang tua.

Berdasarkan hal tersebut maka dapat disimpulkan guru telah berperan aktif dalam penerapan pola hidup sehat dengan gizi seimbang di PAUD Jaya Lestari Desa Abu Sakim Bengkulu Tengah. Guru memiliki peran yang baik dalam penerapan pola hidup sehat dengan gizi seimbang di PAUD Jaya Lestari Desa Abu Sakim Bengkulu Tengah. Hal ini terlihat dari guru telah menyiapkan fasilitas penunjang pola hidup sehat dengan gizi seimbang seperti tempat cuci tangan dan tempat sampah. Dengan adanya fasilitas penunjang tersebut memudahkan guru dan anak dalam menerapkan pola hidup sehat dengan gizi seimbang. Seperti pembiasaan cuci tangan sebelum dan sesudah makan, menjaga lingkungan sekitar dengan membuang sampah pada tempatnya.

Dalam perannya sebagai perencana, guru juga telah merencanakan program khusus dalam penerapan pola hidup sehat dengan gizi seimbang yaitu adanya kegiatan rutin seperti pemeriksaan kuku secara berkala, pemberian makanan tambahan atau PMT satu bulan

sekali serta bekerjasama dengan puskesmas setempat untuk pemeriksaan DDTK anak satu bulan sekali. Kegiatan-kegiatan tersebut direncanakan serta dilakukan sebagai upaya guru dalam menerapkan pola hidup sehat dengan gizi seimbang di PAUD Jaya Lestari Desa Abu Sakim Bengkulu Tengah.

Guru juga telah mengenalkan makanan dan minuman yang bergizi kepada anak melalui berbagai media pembelajaran penunjang. Selain itu, guru juga melakukan sosialisasi dengan orang tua mengenai makanan dan minuman yang bergizi. Guru juga memberikan pemahaman kepada anak serta membiasakan anak untuk meminum air putih.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa guru telah berperan aktif dalam penerapan pola hidup sehat dengan gizi seimbang di PAUD Jaya Lestari Desa Abu Sakim Bengkulu Tengah. Hal ini terlihat dari guru telah menyiapkan fasilitas penunjang pola hidup sehat dengan gizi seimbang seperti tempat cuci tangan dan tempat sampah. Dengan adanya fasilitas penunjang tersebut memudahkan guru dan anak dalam menerapkan pola hidup sehat dengan gizi seimbang. Seperti pembiasaan cuci tangan sebelum dan sesudah makan, menjaga lingkungan sekitar dengan membuang sampah pada tempatnya.

Dalam perannya sebagai perencana, guru juga telah merencanakan program khusus dalam penerapan pola hidup sehat dengan gizi seimbang yaitu adanya kegiatan rutin seperti pemeriksaan kuku secara berkala, pemberian makanan tambahan atau PMT satu bulan sekali serta bekerjasama dengan puskesmas setempat untuk pemeriksaan DDTK anak satu bulan sekali.

Guru juga telah mengenalkan makanan dan minuman yang bergizi kepada anak melalui berbagai media pembelajaran penunjang. Selain itu, guru juga melakukan sosialisasi dengan orang tua mengenai makanan dan minuman yang bergizi. Guru juga memberikan pemahaman kepada anak serta membiasakan anak untuk meminum air putih.

Daftar Pustaka

- Abd.(2018). *Pengembangan Karakter Guru Dalam Menghadapi Demoralisasi Siswa Perspektif Teori Dramaturgi*. Jurnal Mudarrisuna. Vol. 8 No.
- Arikunto. (2014). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta
- Astuti. (2016). *Pelaksanaan Perilaku Sehat Pada Anak Usia Dini*. Jurnal Scholaria. Vol. 6 No. 3
- Azrimadaliza dkk, (2019). *Optimalisasi Tumbuh Kembang Belita Melalui Promise Gizi Seimbang*. Jurnal Ilmiah Pegabdian Kepada Masyarakat. Vol.3 No. 2
- Davidson.2018. *Densitas Gizi dan Morbiditas Serta Hubungan Status Gizi Anak Usia Dini*. Jurnal Mkml, Vol.14.
- Ginting, D., Waluyo, A., & Sukmarini, L. (2015). Mengatasi konstipasi pasien stroke dengan masase abdomen dan minum air putih hangat. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 18(1), 23-30.
- Hanur.(2019). *Memantik Perkembangan Fisik Motorik Anak Usia Dini Melalui Pemberian*

- Gizib Seimbang Dalam Perspektif Al Quran Dan Hadist*. Jurnal Samawat. Vel. 03 No. 02. Hardiansyah dan Dewa (2017). *Ilmu Gizi Teori Dan Aplikasi*. Jakarta Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Holil Muhammad (2017). *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: Buku kedokteran)-IH.
- Hermina & Prihatini. (2016). *Gambaran Konsumsi Sayur Dan Buah Penduduk Indonesia Dalam Kontek Gizi Seimbang*. Jurnal Buletin Penelitian Kesehatan, Vol. 44 No. 3.
- Inawati. 2017. *Naluri Psikologis Anak*. Jakarta : Medika 2017
- Inten. & Permatasari. (2019). *Literasi Kesehatan Pada Anak Usia Dini Melalui Kegiatan Eating Clean*. Jurnal Obsesi. Vel. 3 No. 2 Hlm.368.
- Karaki. dkk, (2016). *Hubungan Pola Asuh Ibu Dengan Perilaku Sulit Makan Pada Anak Usia Dini*. Jurnal Keperawatan. Vel. 4 No. 1 Hlm. 4.
- Khairizka, Dkk, (2018). *Edukasi Gizi Seimbang Pada Anak Sekolah Dasar*. Jurnal Abdimas. Vel. 5 No,1 Hlm.50-52
- Masnipal. (2018). *Menjadi Guru Paud Profesional*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Majestika. (2018). *Status Gizi Anak Dan Factor Yang Mempengaruhi*. Yogyakarta: UNY. Maryatun, 2016. *Konsep Hidup sebagai Bekal Kehidupan*.
- Gaster: 2016 Miranda, D, (2016). *Upaya guru Dalam Mengembangkan Kreatitas Anak Usia Dini*. Jurnal Pembelajaran Propektif. Volume 1, No 1.
- Muhammad, Dkk, (2017). *Pengaruh Pemberian Pola Makanan Sehat Terhadap Status Gizi Anak*. Jurnal Scienntific pinisi. Vel. 3 No. 1
- Miftahul, dan Indah, (2019). *Edukasi Dan Demonstrasi Pedoman Gizi Seimbang Untuk Anak Sehat Dan Berprestasi*. Jurnal Gemassika. Velume, 3.No, 2.
- Nuryanto, Dkk, (2014). *Pengaruh pendidikangizi terhadap pengetahuan dan sikap tentang gizi anak sekolah dasar*. Jurnal Gizi Indonesia. Vel. 3 No.1
- Purwani, & Meriyam, (2013). *Pola Pemberian Makan Dengan Status Gizi Anak*. Jurnal Keperawatan Anak. Velume 1. No 1.
- Ramahdani, DKK (2017). *Hubungan status Gizi Dengan Perkembangan Anak Usia Dini*. Jurnal Ilmiah Kesehatan. Vol. 10 No. 1 (2017)
- Rina, P. L. Pembelajaran Pengenalan Makanan Bergizi Pada Anak Kelompok a Di Tk Lkia 2 Pontianak Selatan. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa (JPPK)*, 5(7).
- Roy. & Tetty (2013). *Pedoman Pangan Jajanan Anak Sekolah Untuk Pencapaian Gizi Seimbang*. Jakarta: Direktorat SPP, Deputi III, Badan Pom RI.
- Sri. (2019). *Alternative Stimulasi Kemampuan Kognitif Melalui Penerapan Model Pembelajaran Berbasis Permainan Komprehensif*. Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini. Vel., 3 No.1
- Sum, T. A., Ndeot, F., & Ara, O. (2022). Penerapan Pola Hidup Bersih dan Sehat di PAUD. *Jurnal Lonto Leok Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(2), 28-33.
- Sugiyono, (2014). *Metode Penelitian Kualitatif Dan R & D*. Bandung: Alfabeta, Hlm 300.
- Wahid. Dkk, (2010). *Pengembangan Karakter Guru Dalam Menghadapi Demokrasi Siswa Perspektif Teori Dramaturgi*. Jurnal mudarrisuna. Vol. 8 No. 1
- Widyastuti, (2016). *Kesalahan Guru Paud*. Yogyakarta: Diva Press Anggota Ikapi.