

**ANALISIS TERHADAP KEGIATAN *COOKING CLASS*
DALAM PENINGKATAN PENGENALAN MAKANAN SEHAT PADA
ANAK USIA 5-6 TAHUN DI TK YAYASAN BERIBU KOTA BANDUNG**

**Dian Sofianti,
Npm: 10030216051**

ABSTRAK

Pengenalan tentang makanan sehat sangat penting diberikan sejak usia dini. Pembiasaan untuk makan makanan yang sehat sejak usia dini dapat mendidik anak untuk hidup sehat hingga dewasa nanti. Pengenalan tentang makanan sehat di kelas bisa dilakukan dengan cara yang menyenangkan, salah satunya yaitu dengan kegiatan *Cooking Class*. Penelitian ini bertujuan untuk menemukan dasar filosofis dari kegiatan *Cooking Class*, mengelompokkan identifikasi langkah-langkah proses pelaksanaan *Cooking Class*, menemukan hasil kegiatan *Cooking Class*, menemukan faktor pendukung dan penghambat kegiatan pengenalan makanan sehat melalui kegiatan *Cooking Class*. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif analitis dengan pendekatan kuantitatif. Hasil penelitian menggambarkan bahwa (1) Dasar filosofis dari kegiatan *Cooking Class* yaitu Permendikbud 137 Bab 2 Pasal 4 tahun 2014 tentang standar nasional pendidikan anak usia dini, salah satu prinsip penyusunan KTSP PAUD yaitu Holistik Integratif (2) Kegiatan *Cooking Class* terdapat beberapa tahapan mulai dari penyusunan anggaran, penyusunan menu, persiapan alat dan bahan, dan kegiatan makan bersama (3) Hasil kegiatan *Cooking Class* sangat berpengaruh baik terhadap peningkatan pengenalan anak tentang makanan sehat. (4) Faktor pendukung kegiatan ini adalah tersedianya anggaran, kerjasama yang baik antara kepala sekolah dan guru, serta menu makanan yang bervariasi. Faktor penghambatnya yaitu kurangnya kesadaran orangtua terhadap makanan yang dikonsumsi anak.

Kata kunci: *Cooking Class*, makanan sehat, Yayasan Beribu.

ABSTRACT

The introduction of healthy food is very important given from an early age. The habit of eating healthy foods from an early age can educate children to live healthy into adulthood later. The introduction of healthy food in class can be done in a fun way, one of which is by Cooking Class activities. This study aims to find the philosophical basis of Cooking Class activities, group identification of the steps of the Cooking Class implementation process, find the results of Cooking Class activities, find supporting factors and inhibitors of healthy food introduction activities through Cooking Class activities. This research uses descriptive analytical method with quantitative approach. The results of the study illustrate that (1) the philosophical basis of Cooking Class activities namely Permendikbud 137 Chapter 2 Article 4 of 2014 concerning national standards for early childhood education, one of the principles for the preparation of KTSP PAUD namely Holistic Integrative (2) Cooking Class activities there are several stages starting from budgeting, preparation of menus, preparation of tools and ingredients, and eating together activities (3) The results of Cooking Class activities have a very good effect on increasing children's recognition of healthy food. (4) supporting factors for this activity are the availability of budget, good cooperation between the principal and teachers, as well as a varied diet. The inhibiting factor is the lack of parental awareness of the food consumed by children.

Keywords: *Cooking Class, healthy food, Yayasan Beribu*