

Pengaruh *Outing Class* Terhadap Pengetahuan Makanan Sehat Anak di TK Kirana Kota Jambi

Akhmad Fikri Rosyadi

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Jambi, Indonesia

Nurlia Rizky Amanda

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Jambi, Indonesia

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *outing class* terhadap pengetahuan makanan sehat anak. Penelitian ini dilakukan di TK Kirana Kota Jambi dengan jenis penelitian penelitian kuantitatif eksperimen menggunakan model *Postest Only Control Group Design*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh anak yang ada di TK Kirana Kota Jambi dengan jumlah 44 anak, sedangkan sampel penelitian berjumlah 30 anak yang terdiri dari 15 anak sebagai kelas kontrol (*Ar-Rahman*) dan 15 anak sebagai kelas eksperimen (*Ar-Rahim*). Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah tes lisan ke anak dan teknik analisis data menggunakan uji beda (*uji-t*), setelah dilakukan uji normalitas *Liliefors*. Hasil penelitian yang dilakukan di TK Kirana Kota Jambi menunjukkan data berdistribusi normal dan perbedaan nilai rata-rata yang diperoleh dari *post test* kelas kontrol sebesar 17,4 dan kelas eksperimen sebesar 36,7. Melalui perhitungan *uji-t* dengan taraf signifikan $\alpha = 0,05$ didapat nilai *t*_{hitung} sebesar 13,580546 dan *t*_{tabel} sebesar 1,70113093. Hal ini berarti *t*_{hitung} > *t*_{tabel}, artinya *outing class* berpengaruh signifikan terhadap pengetahuan makanan sehat pada anak.

Kata kunci: *outing class*, pengetahuan, makanan sehat.

PENDAHULUAN

Pendidikan adalah suatu kegiatan yang penting dan dibutuhkan bagi setiap individu guna meningkatkan kecerdasan dan keterampilan. Pendidikan dapat berlangsung dimana saja dan kapan saja tanpa batasan waktu dengan tujuan untuk meningkatkan kualitas seseorang dalam upaya membangun karakter dan mewujudkan cita-cita bangsa Indonesia. Dalam proses penyelenggaraan

pendidikan di Indonesia, baik pendidikan formal maupun pendidikan informal dan non formal, dibutuhkan suatu alat yang disebut kurikulum untuk mencapai tujuan dari pendidikan itu sendiri.

Menurut Rusman dalam Nursyaadah (2019), kurikulum adalah seperangkat rencana dan pengaturan mengenai tujuan, isi, dan bahan pelajaran serta bahan yang digunakan sebagai pedoman penyelenggaraan kegiatan pembelajaran untuk mencapai tujuan pendidikan tertentu. Dalam pengelolaan PAUD tentunya tidak terlepas dari sebuah kurikulum. Kurikulum PAUD 2013 yang mayoritas telah digunakan oleh lembaga pendidikan telah dikembangkan dengan mengedepankan potensi, perkembangan, minat dan bakat, serta kebutuhan tiap siswa, termasuk anak yang memiliki kebutuhan khusus agar anak siap untuk menempuh pendidikan selanjutnya.

Pembelajaran Kurikulum 2013 menggunakan pendekatan tematik terpadu. Dalam model pembelajaran tematik terpadu di PAUD, kegiatan-kegiatan yang dilakukan untuk satu tema, sub tema, atau sub-sub tema dirancang untuk mencapai secara bersama-sama kompetensi sikap, pengetahuan, dan keterampilan dengan mencakup sebagian atau seluruh aspek perkembangan. Tema dalam PAUD adalah gagasan utama untuk membingkai muatan materi pelajaran selama anak mengikuti pembelajaran melalui kegiatan bermain. Terdapat beberapa tema utama dalam pembelajaran di PAUD, salah satunya adalah tema Kebutuhanku. Didalam tema tersebut terdapat sub tema kebutuhanku akan makanan dan minuman yang mencakup tentang makanan sehat bagi anak.

Melalui pendidikan diharapkan anak dapat mengembangkan segenap potensi yang dimilikinya, yang mencakup aspek agama, intelektual, sosial, emosi, dan fisik (Ermalia, 2020). Pengetahuan tentang makanan sehat anak, bermanfaat agar anak dapat memilih makanan secara tepat dan agar anak dapat menjaga pola makannya. Pengetahuan makanan sehat juga bermanfaat untuk anak, yaitu mampu mengetahui jenis makanan sehat. Selain itu, pengetahuan makanan sehat merupakan pondasi bagi seseorang agar dapat memilih makanan secara tepat, memiliki pola makan yang baik dan terhindar dari berbagai penyakit yang diakibatkan oleh mengonsumsi makanan yang tidak sehat. Untuk itu, pengetahuan tentang makanan sehat sebaiknya dimiliki sejak usia dini.

Dari hasil observasi awal di lapangan, ditemukan bahwa tingkat pengetahuan anak dalam mengingat makanan sehat umumnya masih rendah. Anak masih belum bisa menyebutkan kebutuhan akan 4 sehat 5 sempurna berupa makanan pokok, lauk pauk, sayur, buah dan susu. Ditemukan pula bahwa makanan yang anak konsumsi biasanya merupakan makanan yang sama

dalam kurun waktu berulang (monoton) serta dalam porsi yang tidak sesuai dengan usianya. Misalnya anak hanya membawa makanan cepat saji atau instan, seperti yang dikatakan dalam Inten & Permatasari (2019) yaitu pada saat ini, maraknya makanan *junkfood* dan instan yang lebih digemari oleh anak.

Selain itu, anak-anak berasal dari berbagai latar belakang keluarga dan budaya. Ada keluarga yang menekankan gizi yang sehat, berkhasiat, dan seimbang, ada pula keluarga yang tidak menghiraukan sama sekali anak-anak mereka makanan yang tidak berkhasiat, karena yang penting anak-anak itu kenyang atau sudah mencukupi (Kurnia, 2015). Hal-hal tersebut semakin menjadikan anak sulit untuk diperkenalkan pada makanan sehat yang penuh gizi dan vitamin. Selain itu, ketidakefektifan pengetahuan makanan sehat anak juga disebabkan kegiatan pembelajaran yang dilakukan oleh guru sering dilakukan di dalam kelas yang hanya menggunakan gambar-gambar atau poster saja sehingga membuat anak mudah bosan serta pengalaman secara langsung tidak didapatkan oleh anak. Mengingat sangat pentingnya pengetahuan makanan sehat pada anak usia dini untuk dikembangkan, perlu adanya suatu metode yang harus dipersiapkan dan dilaksanakan oleh guru. Untuk mengembangkan pengetahuan anak secara optimal, seorang guru harus berinisiatif mendayagunakan lingkungan sekolah sebagai sumber belajar yang konkrit (Herviana, 2021).

Salah satu metode yang menarik dan mengesankan bagi anak adalah dengan pembelajaran *outing class*. *Outing class* adalah metode pembelajaran yang dilaksanakan di luar kelas atau luar sekolah untuk memberikan pengalaman dan keterampilan dasar yang nyata kepada anak di usia dini. Kegiatan *outing class* menjadikan anak mendapatkan pengalaman dan pengetahuan baru serta belajar berinteraksi dengan lingkungan dan alam secara langsung (Rahmawati & Nazarullail, 2020).

Beberapa penelitian mengenai *outing class* ataupun makanan sehat juga telah dilakukan juga telah dilakukan, Novianti (2018) yang membahas tentang peningkatan pengetahuan makanan sehat pada anak melalui kegiatan *cooking* dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa kegiatan *cooking* dapat meningkatkan pengetahuan makanan sehat pada anak usia 4-6 tahun di kelompok B-2 di TK Tunas Bangsa Balai Panjang melalui kegiatan *cooking*. Penelitian yang dilakukan oleh Ermalia (2020) mengenai strategi pembelajaran *outing class* dalam mengembangkan kecerdasan naturalis anak paud dan memperoleh hasil bahwa strategi tersebut dapat mengembangkan kecerdasan naturalis anak yang awalnya bernilai rata-rata 19,25 kemudian

menjadi 33,50. Termasuk juga penelitian yang telah dilakukan oleh Rahmawati & Nazarullail (2020) tentang peningkatan aspek perkembangan anak usia dini melalui strategi *outing class*, membuktikan bahwa *outing class* membantu dalam menumbuhkan minat belajar pada anak usia dini.

Berdasarkan penjabaran tersebut, perlu adanya pengoptimalan pengetahuan anak dalam mengingat makanan sehat melalui pembelajaran yang disukai oleh anak. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui adakah pengaruh *outing class* terhadap pengetahuan makanan sehat anak, maka dilakukanlah penelitian dengan memberikan perlakuan sebanyak tiga kali yaitu dengan melakukan kunjungan ke peternakan, mengobservasi atau mengamati lingkungan sekitar sekolah dan menanam tanaman buah dan sayur di pekarangan sekolah.

Piaget menyatakan bahwa pengetahuan dibangun melalui kegiatan atau aktivitas pembelajaran. Pengetahuan dapat diperoleh melalui eksplorasi, manipulasi, dan konstruksi secara elaboratif (Nurchayati & Pusari 2015). Benjamin S Bloom mengenalkan konsep pengetahuan melalui taksonomi bloom yang merujuk pada taksonomi untuk tujuan pendidikan. Menurut Bloom (Darsini, Fahrurrozi, 2019) merupakan segala aktivitas yang menyangkut otak dibagi menjadi 6 tingkatan sesuai dengan tingkat terendah sampai tertinggi yang dilambangkan dengan C (*Cognitive*) kemudian mengalami perubahan oleh Krathwohl pada tahun 2001 yang kemudian dikenal dengan Revisi Taksonomi Bloom. Menurut Krathwohl (Fitiatun et al., 2021) dimensi proses kognitif dalam revisi taksonomi Bloom terdiri atas beberapa tingkat yaitu: (1) C1 (*Mengingat/Remember*), (2) C2 (*Memahami/Understand*), (3) C3 (*Menerapkan/Apply*), (4) C4 (*Menganalisis/Analyze*), (5) C5 (*Menilai/Evaluate*), dan (6) C6 (*Berkreasi/Create*).

Hanifa dan Luthfeni (Nurchayati & Pusari, 2015) mengatakan bahwa makanan merupakan kebutuhan utama dalam kehidupan sehari-hari manusia. Oleh karena itu diperlukan makanan yang bergizi dengan jumlah yang cukup untuk pertumbuhan dan pemeliharaan tubuh. Pendapat lain dari Nuraini (Novianti, 2018) tentang makanan yang sehat, yaitu makanan yang mempunyai zat yang cukup dan seimbang, serta tidak mengandung unsur yang dapat membahayakan atau merusak kesehatan. Menurutnya, makanan sehat mengandung empat macam makanan yaitu berupa makanan pokok, lauk pauk, sayur-sayuran, buah-buahan, dan susu.

Dalam pemberian makanan sehat, diharuskan untuk memperhatikan bahan-bahan makanan sehat tersebut. Menurut Sediaoetama dalam Nurchayati & Pusari (2015) terdapat empat kelompok

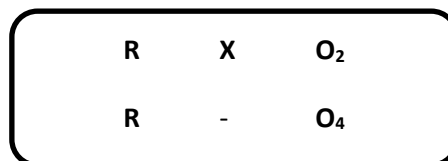
bahan makanan tersebut adalah bahan makanan pokok, bahan makanan lauk-pauk, bahan makanan sayuran, bahan makanan buah-buahan, serta susu dan telur.

Disebutkan dalam sebuah jurnal (Octrianty, 2021) bahwa *outing class* merupakan kegiatan pembelajaran di luar kelas dengan bertujuan memberikan keterampilan dan keahlian dasar tertentu sebagai sarana menumbuhkan kreativitas anak usia dini. Dengan adanya *outing class*, mereka dapat belajar secara langsung dengan melihat, meraba, dan merasakan melalui permainan, lingkungan sekitar, dan alam terbuka. Kegiatan *outing class* yang dilaksanakan adalah dengan mengajak anak-anak ke luar ruangan ke tempat yang di telah direncanakan yang bertujuan untuk mengembangkan aspek-aspek perkembangan anak usia dini. Dalam penelitian ini dilakukan *outing class* diluar sekolah yaitu berkunjung ke peternakan sapi dan mengobservasi lingkungan sekitar sekolah serta *outing class* di dalam lingkungan sekolah berupa berkebun dan merawat lingkungan penghijauan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode eksperimen model *Posttest Only Control Group Design*. Dalam penelitian ini peneliti bermaksud melihat sejauh mana pengaruh *outing class* terhadap pengetahuan makanan sehat anak di TK Kirana Kota Jambi. Dimana hasil penelitian ini berupa angka-angka untuk melihat bagaimana pengaruh variabel *outing class* terhadap pengetahuan makanan sehat anak.

Gambar 1. *Posttest Only Control Group Design*



Instrumen Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan jenis instrumen tes, yaitu tes lisan. Jenis data penelitian ini adalah jenis data kuantitatif dengan sumber data primer yang diperoleh dari tes lisan pengetahuan makanan sehat anak dengan dilakukan *outing class*.

Sebelum data diolah, jawaban dari instrumen diberi bobot atau skor terlebih dahulu, seperti yang terdapat dalam tabel berikut :

Tabel 1. Alternatif Instrumen dan Skor

Klasifikasi	Skor
Berkembang Sangat Baik	4
Berkembang Sesuai Harapan	3
Mulai Berkembang	2
Belum Berkembang	1

Nana Sutjana dalam Novianti (2018) menyebutkan bahwa dalam menentukan rentang skor yaitu skor terbesar dikurang skor terkecil. Penelitian ini memiliki rentang skor 1-4 dengan kategori keterampilan sosial berkembang sangat baik, berkembang sesuai harapan, mulai berkembang, dan belum berkembang.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji-t. Untuk melakukan uji-t populasi harus berdistribusi normal, untuk itu digunakan uji normalitas yang bertujuan untuk melihat apakah data berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas yang digunakan adalah uji Liliefors.

Uji hipotesis menggunakan uji-t pada taraf kepercayaan 95% atau $\alpha = 0,05$ dengan menggunakan rumus sebagai berikut:

$$t = \frac{Md}{\sqrt{\frac{\sum X^2 d}{N(N-1)}}}$$

keterangan:

Md = Mean dari perbedaan *post test* kelas eksperimen dan kontrol

X_d = Deviasi dari masing-masing subjek (d-Md)

$\sum X^2 d$ = Jumlah kuadrat deviasi

N = Jumlah pada sampel

d.b = Ditentukan dengan N-1

(Arikunto, 2013)

Dengan kriteria apabila $t_{hitung} > t_{tabel}$ maka hipotesis alternatif (H_a) diterima, artinya *outing class* berpengaruh signifikan terhadap pengetahuan makanan sehat pada anak.

Data Collection dan Sample

Penelitian ini dilakukan di TK Kirana Kota Jambi pada semester genap tahun ajaran 2021/2022 dengan jumlah populasi 44 anak yang terdiri dari tiga kelas yaitu Ar-Rahman, Ar-Rahim, dan Al-Malik. Sedangkan sampel pada penelitian ini berdasar teknik *sampling purposive* adalah menggunakan dua kelas usia B yang masih kurang dalam pengetahuan makanan sehat, yaitu Ar-Rahman sebagai kelas eksperimen dan Ar-Rahim sebagai kelas kontrol.

HASIL PENELITIAN

Data kelas kontrol

Dari hasil tes didapat skor tertinggi adalah 28 dan skor terendah adalah 12 dengan rata-rata 17,4. Data ini menunjukkan terdapat 9 anak masuk ke dalam kategori belum berkembang (60%), kategori mulai berkembang sebanyak 4 anak (27%), dan kategori berkembang sesuai harapan sebanyak 2 anak (13%). Dapat dikatakan bahwa pengetahuan makanan sehat anak pada kelas kontrol rata-rata belum berkembang.

Data Kelas Eksperimen

Tabel 2. Jadwal Kegiatan Outing Class

No	Hari/tanggal	Tema Kegiatan <i>Outing class</i>	Tempat Pelaksanaan	Waktu
1	Rabu, 20 April 2022	Berkunjung ke peternakan	Peternakan Sapi	± 60 menit
2	Kamis, 21 April 20	Observasi lingkungan	Lingkungan sekitar TK Kirana	± 60 menit
3	Jumat, 22 April 2022	Menanam sayur dan buah	Pekarangan sekolah TK Kirana	± 60 menit

Post test treatment I

Didapat pengetahuan makanan sehat anak kategori belum berkembang sebanyak 12 anak (80%) dan kategori mulai berkembang sebanyak 3 anak (20%). Dari data tersebut dapat diketahui bahwa pengetahuan makanan sehat anak di TK Kirana Kota Jambi rata-rata belum berkembang pada *treatment* pertama. Oleh karena itu, dilakukan *treatment* kedua untuk melihat sejauh mana pengetahuan makanan sehat anak akan berkembang.

Post test treatment II

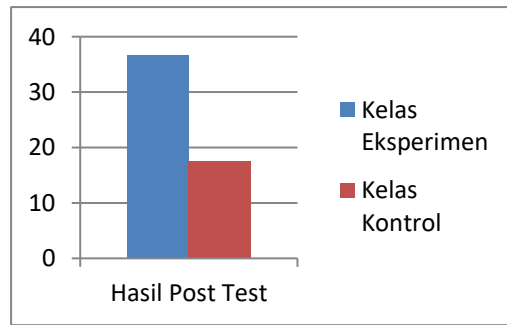
Pengetahuan makanan sehat anak kategori mulai berkembang sebanyak 4 anak (27%), kategori berkembang sesuai harapan sebanyak 6 anak (40%), dan kategori berkembang sangat baik sebanyak 5 anak (33%). Dari data tersebut dapat diketahui bahwa pengetahuan makanan sehat anak di TK Kirana Kota Jambi rata-rata berkembang sesuai harapan pada *treatment* kedua. Selanjutnya akan dilakukan *treatment* ketiga untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan anak tentang makanan sehat.

Post test treatment III

Adapun didapat pengetahuan makanan sehat anak kategori berkembang sesuai harapan sebanyak 2 anak (13%), dan kategori berkembang sangat baik sebanyak 13 anak (87%). Dari data tersebut dapat diketahui bahwa pengetahuan makanan sehat anak di TK Kirana Kota Jambi rata-rata berkembang berkembang pada *treatment* ketiga dan tidak perlu dilakukan *treatment* selanjutnya untuk mengukur pengetahuan anak tentang makanan sehat.

Data akhir pengetahuan anak diperoleh dari hasil *post test* yang dilakukan di kelas kontrol dan kelas eksperimen. Instrumen *post test* yang digunakan pada kedua kelas sama, yaitu tes lisan sebanyak 10 soal kepada anak. Diperoleh rata-rata *post test* kelas kontrol adalah 17,4 dan rata-rata kelas eksperimen adalah 36,7. Perbedaan tersebut dapat dilihat dalam bentuk gambar berikut :

Gambar 2. Perbandingan *Post Test* Kelas Eksperimen Dan Kelas Kontrol



Setelah diketahui hasil *post test* kelas kontrol dan kelas eksperimen, maka selanjutnya dilakukan analisis statistik uji normalitas dan uji beda (uj-t) untuk melihat signifikan atau tidaknya peningkatan makanan sehat anak melalui kegiatan *outing class*.

Tabel 3. Hasil Uji Normalitas *Post Test* Kelas Eksperimen Dan Kelas Kontrol

Kelas	L_o	L_{tabel}	Kriteria
Eksperimen	0,10	0,22	Berdistribusi normal
Kontrol	0,21	0,22	Berdistribusi normal

Berdasarkan tabel uji normalitas diatas diketahui bahwa kelas eksperimen memiliki L_o sebesar 0,10 dan kelas kontrol L_o sebesar 0,21 yang jika dibandingkan dengan L_{tabel} maka $L_o < L_{tabel}$, maka kedua data dinyatakan berdistribusi normal. Dari perhitungan data diatas diperoleh nilai t_{hitung} sebesar 13,580546 sedangkan t_{tabel} sebesar 1,70113093. Dapat disimpulkan bahwa jika $t_{hitung} > t_{tabel}$, h_a diterima, artinya terdapat perbedaan yang signifikan terkait pengetahuan makanan sehat anak yang diberi perlakuan *outing class* dengan yang tidak.

PEMBAHASAN

Proses pembelajaran pada dasarnya selain bertujuan untuk memahami dan menguasai akan suatu hal, tetapi juga mengenai bagaimana suatu hal bisa terjadi. Metode pembelajaran *outing class* merupakan metode pembelajaran yang bertujuan agar anak-anak mampu berfikir ilmiah sehingga anak mampu memecahkan masalah dan mengembangkan kreativitasnya. *Outing class* lebih melibatkan anak dengan lingkungan sekitar sesuai dengan tema yang diajarkan terutama tema kebutuhanku dengan subtema pengetahuan makanan sehat yang

biasanya hanya diajarkan oleh guru menggunakan metode ceramah di dalam kelas atau metode konvensional.

Masalah yang ditemukan ketika observasi awal di TK Kirana Kota Jambi terkait pengetahuan makanan sehat anak ialah masih rendahnya kemampuan anak dalam mengingat makanan sehat. Ditemukan pula bahwa makanan yang anak konsumsi biasanya merupakan makanan yang sama dalam kurun waktu berulang (monoton) serta dalam porsi yang tidak sesuai dengan usianya. Selain itu, perbedaan latar belakang keluarga dan budaya dari anak-anak juga mempengaruhi tingkat pengetahuan akan makanan sehat.

Menurut Sujiono dalam Herviana (2021) menyatakan bahwa kognisi adalah suatu proses memperoleh pengetahuan (termasuk kesadaran, perasaan, dan sebagainya) atau usaha mengenali sesuatu melalui pengalaman sendiri. Dalam proses kegiatan *outing class* ini tentunya melibatkan anak secara langsung dengan lingkungannya yang nantinya akan membantu pertumbuhan dan perkembangan anak karena lingkungan adalah media utama ketika anak belajar dan memahami sesuatu.

Wulansari (2019) mengatakan bahwa tujuan dilakukannya *outing class* adalah untuk memaksimalkan proses pembelajaran agar tujuan pembelajaran sesuai dengan kompetensi (pembelajaran tematik) dan kondisi peserta didik. Sejalan dengan pendapat diatas, dapat diketahui bahwa kegiatan *outing class* dapat mengukur dan mengevaluasi pemahaman anak terhadap apa yang sudah dipelajari, bukan hanya sebatas mengingat namun juga pengaplikasiannya dalam kehidupan sehari-hari. Dalam masalah ini, maka pemahaman akan makanan sehat melalui *outing class* dibutuhkan sebagai pondasi agar dapat memilih makanan secara tepat.

Berdasarkan data penelitian dan uraian diatas, kegiatan *outing class* berpengaruh dalam pemerolehan pengetahuan anak tentang makanan sehat. Hal ini disebabkan karena pada setiap pelaksanaan *treatment* atau pemberian perlakuan, peneliti melakukan hal-hal yang membantu mengembangkan pengetahuan anak tentang makanan sehat dengan mengajak anak menanam dan mengamati secara langsung lingkungan disekitarnya yang nyatanya merupakan sumber-sumber dari makanan sehat itu sendiri. Fakta tersebut dikuatkan dengan pendapat Wisman (2020), bahwa keterlibatan secara langsung dalam situasi belajar akan membuat individu menjadi paham sehingga dapat mengatasi masalah yang ada. Dengan melakukan kegiatan tersebut, maka pengalaman dan materi makanan sehat yang didapat akan lebih berkesan bagi anak.

KESIMPULAN

Dari nilai rata-rata yang diperoleh dari *post test* kelas kontrol yang tidak diberi perlakuan atau pembelajarannya dilakukan dengan metode konvensional sebesar 17,4. Sedangkan kelas eksperimen yang menggunakan metode pembelajaran *outing class* setelah dilakukan tiga kali *post test* mendapat nilai rata-rata sebesar 36,7. Hasil perhitungan uji normalitas Liliefors menunjukkan bahwa kedua data kelas penelitian berdistribusi normal. Melalui analisis statistik uji beda (uji-t) dengan taraf signifikan $\alpha = 0,05$ didapat nilai t_{hitung} sebesar 13,580546 dan t_{tabel} sebesar 1,70113093. Hal ini berarti $t_{hitung} > t_{tabel}$ maka hipotesis nihil (H_0) di tolak dan hipotesis alternatif (H_a) diterima, artinya *outing class* berpengaruh signifikan terhadap pengetahuan makanan sehat pada anak.

Penulis menyarankan bagi pihak sekolah dan guru agar dapat lebih memfasilitasi kegiatan anak dengan sarana dan prasarana dan memberi dukungan serta memanfaatkan kegiatan *outing class* untuk membantu mengembangkan pengetahuan makanan sehat bagi anak ataupun kecerdasan anak lainnya. Sedangkan bagi orang tua diharapkan agar dapat lebih memahami tentang kandungan makanan sehat dan memperhatikan makanan yang dikonsumsi anak sehingga nantinya anak akan mengetahui dan terbiasa hidup dengan mengonsumsi makanan sehat.

REFERENSI

- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian : Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta.
- Darsini, Fahrurrozi, E. A. C. (2019). Pengetahuan; Artikel Review. *Jurnal Keperawatan*, 12(1), 95–107.
- Ermalia, Y. (2020). *Strategi Pembelajaran Diluar Kelas (Outing Class) Dalam Mengembangkan Kecerdasan Naturalis Anak Di Paud Negeri Pembina Bermani Ilir Kabupaten Kepahiang*. Institut Agama Islam Negeri Bengkulu.
- Fitiatun, E., Febriyanti, B. S., & Ariany, F. (2021). *Pelatihan Identifikasi Pengetahuan Awal tentang Anak Berkebutuhan Khusus di PAUD Puncang Hijau Batulayar Lombok Barat*. 2(2), 250–256.
- Herviana, S. R. dan F. (2021). Hubungan Antara Kegiatan Outing Class Dengan Kemampuan Kognitif Materi Makhluh Hidup Di Sekolah Ramah Anak. *Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Pendidikan Dasar*, 5, 12–25.
- Inten, D. N., & Permatasari, A. N. (2019). Literasi Kesehatan pada Anak Usia Dini melalui Kegiatan Eating Clean. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 3(2), 366.

<https://doi.org/10.31004/obsesi.v3i2.188>

- Kurnia, R. (2015). Pendidikan Gizi Untuk Anak Usia Dini. *Jurnal Educhild : Pendidikan Dan Sosial*, 4(2), 109–114.
<https://educhild.ejournal.unri.ac.id/index.php/JPSBE/article/view/4992>
- Novianti, S. (2018). *Meningkatkan Pengetahuan Makanan Sehat Pada Anak Melalui Kegiatan Cooking Di Tk Tunas Bangsa Balai Panjang Kecamatan Lareh Sago*. Institut Islam Negeri Batusangkar.
- Nurchayati, D., & Pusari, R. W. (2015). Upaya Meningkatkan Pengetahuan Makanan Sehat Melalui Penerapan Sentra Cooking. *Jurnal Penelitian PAUDIA*, 3(2), 160–172.
<http://journal.upgris.ac.id/index.php/paudia/article/view/510>
- Nursyaadah, S. (2019). Makalah kurikulum sekolah. *Stkip Muhammadiyah Bogor*, 5–17.
<https://osf.io/preprints/inarxiv/kbq57/download>.
- Octrianty, E. (2021). Bimbingan Melalui Pembelajaran Outing Class Untuk Melatih Gerak Motorik dan Kecerdasan Naturalis Pada Anak Usia Dini. *EduChild : Majalah Ilmiah Pendidikan*, 2, 9–18.
- Rahmawati, R. L., & Nazarullail, F. (2020). Strategi Pembelajaran Outing Class Guna Meningkatkan Aspek Perkembangan Anak Usia Dini. *Jurnal PG-PAUD Trunojoyo : Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Anak Usia Dini*, 7(2), 9–22.
<https://doi.org/10.21107/pgpaustrunojoyo.v7i2.8839>
- Wisman, Y. (2020). Teori Belajar Kognitif Dan Implementasi Dalam Proses Pembelajaran. *Jurnal Ilmiah Kanderang Tingang*, 11(1), 209–215.
<https://doi.org/10.37304/jikt.v11i1.88>
- Wulansari, H. (2019). *Penerapan Strategi Pembelajaran Outing Class Pada Pembelajaran Tematik Kelas IV Di SDIT As Soleh Gumilir Kabupaten Cilacap*. Institut Agama Islam Negeri Purwokerto.