

Tantangan *Market Trend dan Fast food* Pada Taman Kanak-kanak Al-Falah Kerinci

Vinnia Oberini¹

vinnioberini@gmail.com

Sya`roni²

Syaroni@uinjambi.ac.id

Zawaqi Afdal Jamil³

Zawaqi.ajdosen@uinjambi.ac.id

^{1,2,3} Pascasarjana UIN Sulthan Thaha Saifuddin Jambi, Indonesia

Received: 5th November 2024 Accepted: 23rd January 2025 Published: 7th February 2025

Abstrak: *The problem in this study is that there are still many children of Al-Falah Kindergarten in Kerinci who consume Fast food both purchased at school and provisions brought from home. This study aims to analyze the role of schools in dealing with market trends and children's tendency to consume fast food at Al-Falah Kindergarten Kerinci. The method used is qualitative descriptive, with data collection through observation, interviews, and documentation. Data is obtained from incidents, responses, and related documents. The research subjects consist of principals, teachers, and students. Data analysis uses flow model analysis techniques, which include data reduction, data presentation, and conclusion drawn. The validity of the data was checked through several steps, such as extension of participation in the field, extension of observation, and the application of triangulation. Triangulation is carried out by examining information from various sources and methods to ensure the validity of the findings. The results of the study show that schools have played an active role in educating children about the importance of a healthy diet. The programs implemented, such as balanced nutrition campaigns, cooking activities involving children, and counseling to parents about the dangers of fast food, are concrete steps in supporting healthy eating habits. However, even though these efforts have gone well, there are obstacles that affect their effectiveness. One of the main obstacles is the dependence of parents on fast food due to time constraints and work pressure. These barriers reduce the long-term impact of the programs implemented by schools. Therefore, further collaboration is needed between schools and parents to create an environment that supports healthy eating habits at home.*

Keywords: *fast food, market trend, Al-Falah Kerinci*

How to cite this article:

Oberini, V., Sya`roni, S., & Jamil, Z. A. (2025). Tantangan Market Trend dan Fast food Pada Taman Kanak-kanak Al-Falah Kerinci. *Jurnal Ilmiah Potensia*, 10(1), 152–173. <https://doi.org/10.33369/jip.10.1.152-173>

PENDAHULUAN

Dampak konsumsi makanan cepat saji pada anak-anak dapat dilihat dari berbagai sisi, terutama dari sisi kesehatan. Makanan cepat saji yang tinggi kalori, lemak, gula, dan garam dapat menyebabkan peningkatan risiko obesitas, diabetes tipe 2, dan gangguan metabolik lainnya. Menurut data dari World Health Organization (WHO), obesitas pada anak-anak merupakan masalah kesehatan global yang semakin meningkat. Konsumsi makanan cepat saji

juga berpotensi mempengaruhi perkembangan mental dan perilaku anak-anak. Penelitian menunjukkan bahwa pola makan yang buruk dapat mempengaruhi konsentrasi, perilaku, dan kemampuan kognitif anak-anak. Oleh karena itu, penting untuk mengedukasi orang tua dan anak-anak tentang pentingnya pola makan yang seimbang dan gizi yang tepat (WHO, 2019).

Beberapa faktor yang mempengaruhi preferensi anak-anak terhadap makanan cepat saji antara lain adalah pengaruh orang tua, media, teman sebaya, dan iklan. (Hartati & Yuniarti, n.d.) Penelitian menunjukkan bahwa iklan makanan cepat saji yang ditujukan untuk anak-anak memiliki dampak besar terhadap keputusan mereka dalam memilih makanan. Karakter kartun yang menjadi maskot atau tokoh dalam iklan juga berperan penting dalam menarik perhatian anak-anak. Selain itu, orang tua juga memegang peranan penting dalam kebiasaan makan anak-anak. Pola makan yang diterapkan oleh orang tua dan keputusan mereka dalam memilih makanan sehat atau tidak, sangat berpengaruh terhadap kebiasaan makan anak-anak. Dalam beberapa kasus, orang tua merasa makanan cepat saji sebagai pilihan yang praktis dan cepat untuk memenuhi kebutuhan anak mereka, terutama di tengah kesibukan sehari-hari. (Harris, n.d.)

Teman sebaya juga dapat mempengaruhi preferensi makanan anak-anak. Ketika anak-anak mulai bergaul dengan teman-teman mereka, mereka cenderung mengikuti kebiasaan makan yang sama, terutama jika teman mereka sering mengonsumsi makanan cepat saji. (Salvy et al., n.d.) Di era globalisasi yang semakin pesat, perkembangan tren pasar dalam industri makanan dan minuman sangat berpengaruh terhadap perilaku konsumen di seluruh dunia, tak terkecuali di Indonesia. Salah satu segmen pasar yang mengalami pertumbuhan signifikan adalah pasar makanan cepat saji (*fast food*), yang tidak hanya menyasar kalangan dewasa, tetapi juga anak-anak. Sebagai contoh, anak-anak di usia Taman Kanak-Kanak (TK) menjadi kelompok yang mulai dikenalkan dengan berbagai jenis makanan cepat saji, yang tidak hanya populer di kalangan orang tua, tetapi juga memiliki daya tarik tersendiri bagi anak-anak. (Smith et al., 2019)

Peningkatan konsumsi *fast food* di kalangan anak TK mencerminkan perubahan pola konsumsi yang lebih modern dan serba praktis. Makanan cepat saji yang mudah diakses dan dianggap menarik karena desainnya yang ceria dan variatif, menjadi pilihan utama bagi anak-anak. (Widyastuti & Rachmawati, n.d.) Hal ini, tentu saja, menjadi tantangan tersendiri bagi para orang tua dan pengelola pendidikan dalam memberikan pemahaman tentang pola makan sehat kepada anak-anak. (Nurbaini & Jannah, n.d.) Fenomena ini mengundang perhatian berbagai pihak, mulai dari pemerintah, ahli gizi, hingga pelaku industri makanan cepat saji, yang mulai memperhatikan bagaimana memformulasikan produk mereka agar tetap diminati oleh segmen pasar anak-anak. Oleh karena itu, penting untuk memahami dinamika pasar *fast food* untuk anak TK, termasuk preferensi mereka, faktor yang mempengaruhi kebiasaan makan, serta dampak jangka panjang terhadap kesehatan.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis tren pasar makanan cepat saji yang ditujukan untuk anak-anak, terutama di usia Taman Kanak-Kanak. Penelitian ini juga bertujuan untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi preferensi makanan anak TK terhadap *fast food* dan dampaknya terhadap pola makan mereka, baik dari segi gizi maupun kebiasaan makan. (Rachmi et al., n.d.)

Selain itu, penelitian ini bertujuan untuk memberikan wawasan tentang bagaimana pelaku industri *fast food* dapat menyusun strategi pemasaran yang lebih efektif, dengan tetap memperhatikan aspek kesehatan dan kebutuhan gizi yang tepat bagi anak-anak. (Smith et al., 2019) Dengan memahami perilaku konsumen muda ini, diharapkan dapat terbentuk kebijakan

dan strategi yang mendukung pola makan sehat untuk generasi penerus. Anak-anak usia TK, dengan ciri-ciri perkembangan fisik dan psikologis mereka, lebih mudah terpengaruh oleh elemen visual dan rasa dalam makanan. Produk makanan cepat saji yang dirancang khusus untuk anak-anak, sering kali menggunakan kemasan yang menarik, karakter animasi, dan menu yang sesuai dengan selera mereka. (Malik et al., n.d.) Hal ini membuat *fast food* menjadi pilihan yang sangat menarik di kalangan anak-anak. Namun, meskipun makanan cepat saji sering kali memiliki daya tarik yang besar, konsumsinya juga menimbulkan beberapa masalah terkait dengan kesehatan anak-anak. Kandungan gula, lemak jenuh, dan garam dalam *fast food* sering kali tidak sesuai dengan kebutuhan gizi anak-anak, yang dapat berujung pada masalah kesehatan jangka panjang, seperti obesitas dan gangguan metabolik. Selain itu, banyak orang tua yang merasa khawatir dengan kebiasaan anak-anak yang cenderung lebih memilih makanan yang tidak sehat, serta pengaruh iklan dan promosi makanan cepat saji yang semakin intensif.

Terkait masalah kebersihan dan kesehatan, beberapa laporan menyatakan dampak buruk dari konsumsi makanan yang belum tentu teruji kebersihan dan kandungan gizi yang ada dalam makanan tersebut. (Rizka & Damayanti, n.d.) Dinas Kesehatan Provinsi Jambi melaporkan *fast food* menjadi populer karena penyajian yang cepat, tersedia secara luas, mudah diperoleh, dan memiliki rasa yang enak. Namun, kebiasaan makan dengan mengonsumsi makanan cepat saji ataupun *junk food* berlebihan akan berdampak buruk bagi kesehatan, baik pada anak, remaja, maupun dewasa. Makanan cepat saji dapat meningkatkan risiko beberapa penyakit, seperti obesitas, diabetes, hipertensi, dan gangguan lemak darah atau dislipidemia. ("Fructose and Cardiometabolic Health: What the Evidence from Sugar-Sweetened Beverages Tells Us," n.d.) Selain itu, makanan cepat saji dalam waktu yang lama juga akan mempengaruhi kesehatan gigi. Makanan cepat saji yang memiliki kandungan gula yang tinggi dapat menyebabkan karies gigi atau gigi berlubang. (dinas kesehatan kalimantan barat, 2024)

Selanjutnya, *UNICEF* melaporkan sebagian besar kematian akibat diare terjadi pada anak-anak dibawah usia 5 tahun yang tinggal di Asia Selatan dan Afrika sub-Sahara dari tahun 2000 hingga 2019. Hampir 60 % kematian akibat diare diseluruh dunia disebabkan oleh air minum yang tidak aman dan kebersihan dan sanitasi yang buruk. Dengan Mencuci tangan pakai sabun saja dapat mengurangi risiko diare setidaknya 40% dan secara signifikan menurunkan risiko infeksi saluran pernapasan. (Hug et al., 2018)

Data profil kesehatan Indonesia pada saat ini dilaporkan kasus diare masih menjadi penyebab nomor satu kematian yang terbanyak di kelompok anak balita (12-59 bulan) karena kurangnya pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat sehingga menyebabkan diare. Pada dua tahun terakhir ini meningkatnya kasus diare di Indonesia pada tahun 2020 4,5% kemudian meningkat pada tahun 2021 meningkat menjadi 10,5 %. (Kementrian Kesehatan RI, 2021) Laporan dari Dinas Kesehatan Provinsi jambi menyatakan pada tahun 2020 penemuan penderita diare semua umur di Provinsi Jambi berjumlah 46.379 kasus (48,41%) yang tersebar pada 11 kabupaten/ kota di Provinsi Jambi. (Dinas Kesehatan Provinsi Jambi, 2023)

Berbagai laporan di atas dapat dipahami bahwa faktor kebersihan dan makanan yang sehat menjadi masalah penting untuk dijaga. Berhubungan dengan pentingnya menjaga kebersihan dan makanan, *United Nations Inter- agency Group for Child Mortality Estimation* menyatakan lingkungan rumah yang bersih dan kebersihan yang baik penting untuk mencegah penyebaran pneumonia dan diare, dan air minum yang aman dan pembuangan kotoran yang tepat, termasuk kotoran anak, sangat penting untuk menghentikan penyebaran penyakit diare

di antara anak-anak dan orang dewasa. (Hug et al., 2018)Oleh karena itu, untuk menghadapi *market trends* yang banyak menawarkan makanan siap saji yang belum teruji kandungan gizi serta manfaat bagi kesehatan, maka menjaga makanan dan kebersihan menjadi sangat penting dan mutlak dimulai dari anak usia dini.

Kesehatan anak di Indonesia harus diperhatikan karena mereka adalah aset bagi masa depan yang harus dijaga agar menjadi generasi yang sehat dan berkualitas. Kesehatan anak usia dini yang optimal akan membentuk generasi dengan daya tahan tubuh yang kuat terhadap penyakit dan tingkat kecerdasan yang tinggi. Saat ini, Indonesia masih menghadapi berbagai masalah kesehatan anak sejak dini. Oleh karena itu, semakin banyak upaya yang dilakukan untuk mengatasi masalah ini, semakin optimal pula dalam menjaga kesehatan anak. Seorang anak yang sudah memasuki Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) perlu dikenalkan dengan konsep perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Pengenalan ini sangat penting untuk membentuk kebiasaan baik sejak dini, yang akan membantu mereka tumbuh menjadi individu yang sehat dan berdaya tahan tinggi. Dengan demikian, pendidikan mengenai PHBS di lingkungan PAUD berperan penting dalam menciptakan generasi masa depan yang sehat dan berkualitas.

Menggarisbawahi pentingnya keterlibatan keluarga dan sekolah dalam PHBS, hasil studi pendahuluan di lapangan ditemukan beberapa permasalahan yang menjadi tantangan bagi keluarga (orang tua) dan sekolah dalam menjaga PHBS bagi anak usia dini. Hasil studi pendahuluan ini ditemukan tingginya kecenderungan anak mengkonsumsi *fast food* di sekolah. Pada sisi lain, ditemukan kecenderungan orang tua memberikan bekal makanan kepada anak-anak untuk dibawa ke sekolah dengan jenis nugget, sosis, mie instan, *fried chicken*, dan lainnya. Hal ini hampir setiap minggunya jadwal anak membawa bekal ke sekolah dan jajanan di lingkungan sekolah seperti telur gulung, kentang goren, ayam krispi, batagor, martabak telur, bakso bakar, ice cream dan lainnya. Pantauan peneliti, peristiwa ini hampir terjadi setiap hari, bahwa jajanan yang dibeli di lingkungan sekolah diasumsikan bahwa makanan siap saji tersebut belum diolah secara bersih dan sehat untuk di konsumsi. (Observasi Pribadi, 2024).

Berdasarkan temuan lapangan, dapat ditegaskan bahwa jika kejadian ini terus berlanjut tanpa adanya upaya penanggulangan, maka kesehatan anak akan terancam dan perkembangan intelektual mereka akan terganggu. Oleh karena itu, bagi anak usia dini perilaku hidup sehat sangat penting karena pada masa ini mereka berada dalam tahap perkembangan dan pertumbuhan yang cepat. Kesehatan anak sangat dipengaruhi oleh asupan makanan yang bergizi, nutrisi yang cukup, dan aktivitas fisik yang teratur, yang semuanya dapat mengoptimalkan tumbuh kembang mereka dan membantu mereka tumbuh menjadi individu yang sehat. Oleh karena itu, kehadiran *market trends* dan kecenderungan anak dalam mengonsumsi *fast food* menjadi tantangan besar bagi sekolah dan orang tua. Penelitian ini menjadi sangat penting untuk menganalisis peran dan tanggung jawab sekolah dan orang tua dalam menjaga perilaku hidup bersih dan sehat bagi anak. Dengan menjaga PHBS, kita dapat mengoptimalkan tumbuh kembang anak dan mendukung mereka tumbuh menjadi individu yang sehat, yang pada gilirannya akan berdampak positif pada perkembangan intelektual mereka secara optimal. Maka dengan itu, penelitian ini diberi judul: *Tantangan Sekolah dan Orang Tua dalam Menghadapi Market Trend dan Kecenderungan Anak Mengonsumsi Fast food di Taman Kanak-Kanak Al-Falah Kerinci.*

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif untuk memahami tantangan yang dihadapi pihak sekolah, orang tua, dan pedagang/kantin sekolah di TK Al-Falah Kerinci dalam mengatasi kecenderungan anak-anak mengonsumsi *fast food*. Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini berbentuk wawancara mendalam, observasi, dan analisis dokumen yang melibatkan pihak-pihak yang terlibat langsung dalam fenomena tersebut. (Creswell, n.d.) Pendekatan penelitian ini menekankan pada teknik pengamatan yang difokuskan pada aspek-aspek tertentu yang berkaitan langsung dengan pelaku dalam konteks bahasa. (Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan rd, n.d.). Melalui pendekatan ini, peneliti berusaha menggali pemahaman yang mendalam mengenai perspektif berbagai pihak dalam menghadapi tren pasar yang mempengaruhi preferensi makanan anak-anak di lingkungan sekolah. Pendekatan kualitatif memungkinkan peneliti untuk mendapatkan wawasan yang lebih kaya mengenai pengaruh *fast food* terhadap kesehatan anak, serta upaya yang dilakukan sekolah dan orang tua untuk mengatasinya.

Sebagai subjek dalam penelitian ini adalah para siswa, guru, orang tua, dan Kepala Kanak-Kanak Al-Falah Kerinci. Untuk menghimpun data dari subjek tersebut peneliti menggunakan teknik *Snowball Sampling*, (SAGE Research Methods Foundations Metadata, 2020) teknik *snowball sampling* adalah metode pengumpulan data dalam penelitian kualitatif yang melibatkan pemilihan subjek secara bertahap atau berproses.

Metode analisis data menggunakan metode analisis mengalir, atau *flow model* adalah pendekatan yang digunakan untuk menggambarkan alur data dari berbagai sumber atau teknik pengumpulan data yang berbeda. (Miles and Huberman 1994, n.d.) Dalam penelitian tentang tantangan sekolah dan orang tua dalam menghadapi market trend dan kecenderungan anak dalam mengonsumsi *fast food* di Taman Kanak-Kanak Al-Falah Kerinci, metode ini memungkinkan peneliti untuk mengintegrasikan informasi dari observasi, wawancara, dan dokumentasi. Setiap jenis data diidentifikasi, dikelompokkan, dan dianalisis untuk memberikan pemahaman yang lebih menyeluruh terkait kecenderungan konsumsi makanan cepat saji di kalangan anak-anak. Moleong menyatakan bahwa analisis data kualitatif adalah proses yang berlangsung terus menerus, di mana peneliti secara simultan mengumpulkan, mengatur, dan menafsirkan data.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Peran sekolah dalam menghadapi tren pasar dan kecenderungan anak mengonsumsi *fast food* di Taman Kanak-Kanak Al-Falah Kerinci merujuk pada serangkaian tindakan dan strategi yang dilakukan oleh pihak sekolah untuk mengatasi pengaruh negatif dari tren makanan cepat saji terhadap kesehatan dan perkembangan anak. Di tengah maraknya iklan dan akses yang mudah terhadap *fast food*, sekolah memiliki tanggung jawab penting dalam membimbing anak-anak untuk mengadopsi kebiasaan makan yang sehat sejak usia dini.

Secara keseluruhan, peran sekolah adalah untuk mengedukasi, memfasilitasi, dan menciptakan lingkungan yang mendukung kebiasaan makan sehat di tengah tren konsumsi *fast food* yang semakin meningkat. Dalam konteks ini, peran sekolah meliputi: pendidikan nutrisi, kolaborasi dengan orang tua, pengendalian makanan yang dikonsumsi di sekolah, dan penyediaan alternatif makanan sehat.

1) Pendidikan Nutrisi

Pendidikan nutrisi adalah upaya sistematis sekolah untuk mengajarkan anak-anak tentang pentingnya memilih dan mengonsumsi makanan bergizi guna mendukung pertumbuhan, perkembangan, dan kesehatan mereka secara optimal. Melalui pendidikan nutrisi, anak-anak diajarkan mengenai jenis-jenis makanan yang seimbang, manfaat nutrisi seperti vitamin, mineral, protein, dan serat, serta dampak negatif dari makanan yang tinggi gula, garam, dan lemak, seperti *fast food*. Pendidikan ini dilakukan dengan metode yang sesuai dengan usia anak, seperti melalui cerita, permainan, kegiatan praktek memasak, dan diskusi yang melibatkan anak secara aktif. Dengan pemahaman yang lebih baik tentang nutrisi, anak-anak dapat mengembangkan kebiasaan makan sehat sejak dini, yang diharapkan dapat berlangsung hingga dewasa.

Berikut adalah temuan penelitian mengenai pendidikan nutrisi yang dilakukan di Taman Kanak-Kanak Al-Falah Kerinci. Hasil observasi selama pembelajaran, guru menyisipkan materi tentang makanan sehat dan tidak sehat, menggunakan gambar dan contoh konkret untuk membuat pembelajaran lebih menarik. (Observasi Pribadi, 2024) Berikutnya, temuan pengamatan dalam kegiatan Pameran Makanan Sehat, sekolah mengadakan pameran makanan sehat di mana anak-anak dan orang tua diajak untuk membawa makanan sehat, sehingga menciptakan kesadaran tentang pentingnya nutrisi. (Observasi Pribadi, 2024).

Pendidikan nutrisi yang dilakukan sekolah ini ditemukan pula melalui hasil observasi terhadap penggunaan poster edukasi menunjukkan terdapat poster edukasi yang dipasang di dinding kelas tentang jenis makanan sehat dan tips memilih makanan bergizi, yang mudah diakses oleh anak-anak. (Observasi Pribadi, 2024) Pengamatan terhadap kegiatan permainan edukatif, tampak guru menggunakan permainan edukatif yang melibatkan anak-anak dalam memilih makanan sehat, seperti permainan kartu yang menunjukkan berbagai jenis makanan. (Observasi Pribadi, 2024).

Hasil observasi lainnya menunjukkan bahwa setiap satu kali dalam satu minggu, sekolah menyediakan menu makan sehat yang mengandung buah dan sayur segar bagi anak-anak selama jam makan. (Observasi Pribadi, 2024) Selanjutnya pada saat sekolah melakukan kegiatan memasak bersama di mana anak-anak terlibat dalam membuat makanan sehat, seperti salad buah, yang meningkatkan pemahaman mereka tentang bahan makanan yang sehat. (Observasi Pribadi, 2024).

Pencermatan penguatan temuan penelitian ini, peneliti melakukan wawancara dengan pihak sekolah. Hasil wawancara dengan guru menyatakan bahwa mereka rutin memberikan penjelasan kepada anak-anak mengenai pentingnya mengonsumsi makanan bergizi, dan mereka berusaha untuk membuat materi tersebut menarik. (Wawancara Pribadi, 2024) Selanjutnya peran kepala sekolah menunjukkan dalam wawancara menjelaskan bahwa pendidikan nutrisi menjadi salah satu program unggulan di TK Al-Falah Kerinci, dan mereka berkomitmen untuk meningkatkan kesadaran akan pentingnya nutrisi di kalangan anak dan orang tua. (Wawancara Pribadi, 2024).

Dalam wawancara berikutnya mengenai sikap anak terhadap makanan, guru mengungkapkan bahwa anak-anak menunjukkan peningkatan minat terhadap makanan sehat setelah terlibat dalam kegiatan memasak bersama. Berkaitan dengan kolaborasi kegiatan keterlibatan orang tua, kepala sekolah menyebutkan bahwa orang tua dilibatkan dalam program pendidikan nutrisi, dengan diadakan pertemuan rutin untuk mendiskusikan pentingnya makanan sehat di rumah. (Wawancara Pribadi, 2024).

Eksplorasi penguatan temuan penelitian, hasil analisis terhadap temuan dokumentasi rencana kegiatan, terdapat rencana kegiatan tahunan yang mencakup program pendidikan

nutrisi, termasuk jadwal kegiatan memasak dan pameran makanan sehat. (*Analisis dokumen, 2024*). Pada laporan kegiatan pameran, laporan mengenai kegiatan pameran makanan sehat mencakup daftar jenis makanan yang dibawa oleh anak dan orang tua serta tanggapan positif dari peserta. (*Analisis dokumen, 2024*) Hal ini didukung pula temuan melalui analisis materi pembelajaran. Dokumentasi materi pembelajaran yang digunakan oleh guru mencakup modul tentang nutrisi dan kesehatan, yang dijadikan panduan dalam pengajaran di kelas. (*Analisis dokumen, 2024*)

2) Kegiatan Memasak

Kegiatan memasak di Taman Kanak-Kanak Al-Falah Kerinci merupakan salah satu peran penting yang dilakukan sekolah dalam menghadapi tren pasar dan kecenderungan anak mengonsumsi *fast food*. Melalui kegiatan ini, anak-anak diajak untuk terlibat langsung dalam proses menyiapkan makanan sehat, sehingga mereka dapat belajar mengenali bahan-bahan alami dan bergizi sebagai alternatif pilihan makanan. Kegiatan memasak tidak hanya memberikan pengalaman praktis bagi anak-anak, tetapi juga meningkatkan kesadaran mereka akan pentingnya pola makan sehat serta memperkuat keterampilan sosial dan kerjasama. Dengan membiasakan anak-anak untuk memasak makanan sendiri, sekolah berupaya untuk mengurangi ketergantungan mereka pada makanan cepat saji yang kurang sehat, sekaligus membangun kebiasaan makan yang lebih baik sejak usia dini. Ini adalah langkah strategis dalam mendidik generasi muda untuk membuat pilihan makanan yang lebih baik di tengah arus informasi dan produk makanan yang semakin beragam di pasar.

Temuan-temuan penelitian terkait kegiatan memasak di Taman Kanak-Kanak Al-Falah Kerinci diperoleh data-data yang menunjukkan peran sekolah. Hasil pengamatan peneliti pada jadwal kegiatan memasak, di mana kegiatan memasak dijadwalkan satu kali setiap semester dan dihadiri oleh semua siswa, sehingga memberikan kesempatan bagi setiap anak untuk berpartisipasi. (*Observasi Pribadi, 2024*) Dalam pengamatan ini, keterlibatan anak selama kegiatan memasak, terlihat anak-anak sangat antusias dan aktif terlibat dalam setiap tahap, mulai dari pemilihan bahan hingga proses memasak. (*Observasi Pribadi, 2024*)

Temuan terhadap penggunaan bahan segar, dalam pengamatan menunjukkan bahwa sekolah menggunakan bahan-bahan segar dan sehat, seperti sayuran, buah-buahan, dan biji-bijian, dalam setiap kegiatan memasak. (*Observasi Pribadi, 2024*) Dalam penerapan konsep gizi, anak-anak diajarkan tentang pentingnya gizi seimbang saat memilih bahan makanan, seperti mengenali warna dan tekstur sayuran. (*Observasi Pribadi, 2024*) Dalam temuan ini teridentifikasi pula interaksi sosial, di mana saat kegiatan memasak juga menjadi momen interaksi sosial yang positif, di mana anak-anak belajar bekerja sama dan berbagi tugas dalam kelompok. (*Observasi Pribadi, 2024*) Tampak pula dalam pengamatan peneliti mengenai penerapan kebersihan bahwa selama proses memasak, anak-anak diajarkan tentang kebersihan dan sanitasi makanan, seperti mencuci tangan dan membersihkan bahan makanan sebelum dimasak. (*Observasi Pribadi, 2024*)

Penelusuran peneliti dalam mengembangkan temuan dilakukan dengan wawancara peneliti. Hasil wawancara dengan guru menyatakan bahwa kegiatan memasak membantu anak-anak memahami pentingnya memilih makanan sehat dan memberi mereka pengalaman langsung dalam menyiapkan makanan. (*Wawancara Pribadi, 2024*) Terkait dengan kegiatan ini, kepala sekolah menjelaskan bahwa kegiatan memasak merupakan bagian dari kurikulum untuk mengajarkan keterampilan hidup kepada anak-anak dan mempromosikan gaya hidup sehat. (*Wawancara Pribadi, 2024*)

Pandangan yang disampaikan menunjukkan kesan Positif dari guru. Seorang guru menyebutkan bahwa anak-anak menunjukkan minat yang tinggi terhadap kegiatan memasak, yang membuat mereka lebih terbuka untuk mencoba makanan sehat di rumah. (*Wawancara Pribadi, 2024*) Selanjutnya, guru menambahkan mengenai partisipasi orang tua, di mana guru juga mengungkapkan bahwa orang tua sangat mendukung kegiatan ini dan sering memberikan masukan mengenai jenis makanan sehat yang dapat diajarkan kepada anak-anak. (*Wawancara Pribadi, 2024*)

Upaya menelusuri penguatan temuan ini, dilakukan analisis dokumen lapangan. Hasil temuan analisis dokumentasi rencana kegiatan, bahwa dokumen rencana pelaksanaan kegiatan memasak yang mencakup daftar menu sehat yang akan dipersiapkan setiap semester. (*Analisis dokumen, 2024*) Hal ini juga ditemukan pada laporan Kegiatan, dalam laporan kegiatan memasak yang mencatat jumlah anak yang berpartisipasi dan umpan balik dari orang tua mengenai kegiatan tersebut. (*Analisis dokumen, 2024*) Analisis dokumen terhadap koleksi foto-foto kegiatan memasak yang menunjukkan anak-anak berpartisipasi aktif dalam proses memasak, serta hasil akhir makanan sehat yang telah mereka buat. (*Analisis dokumen, 2024*)

3) Pembiasaan Makanan Sehat

Pembiasaan makanan sehat merupakan proses yang dilakukan secara berkelanjutan untuk mengenalkan dan membiasakan anak-anak dalam memilih dan mengonsumsi makanan bergizi sejak usia dini. Di Taman Kanak-Kanak, pembiasaan ini melibatkan aktivitas seperti penyajian menu makanan sehat di sekolah, kegiatan memasak, serta edukasi tentang pentingnya gizi seimbang melalui pembelajaran sehari-hari. Tujuan dari pembiasaan makanan sehat adalah untuk menanamkan pola makan yang baik pada anak, sehingga mereka dapat mengembangkan kebiasaan makan yang sehat dan terhindar dari dampak negatif tren makanan cepat saji yang kurang bergizi. Program ini dilakukan secara teratur dan melibatkan partisipasi aktif dari guru, siswa, dan orang tua untuk memastikan keberlanjutannya dalam kehidupan sehari-hari.

Berikut ini dikemukakan temuan penelitian mengenai pembiasaan makanan sehat di TK Al-Falah Kerinci dalam berbagai bentuk. Hasil pengamatan pada jam makan ditemukan di TK Al-Falah hampir selalu diawali dengan pembagian buah dan sayur yang dibawa oleh anak-anak dari rumah, kemudian dibagikan di kelas oleh guru. (*Observasi Pribadi, 2024*) Dalam kegiatan jam makan, anak-anak diajak untuk menikmati makan buah dan sayur bersama-sama, sementara guru memberikan contoh dengan mengonsumsi makanan sehat di depan mereka (*Observasi Pribadi, 2024*).



Gambar 1. Anak-anak makan bersama dengan membawa bekal dari Rumah

Temuan selanjutnya, tampak guru secara aktif memberikan penjelasan sederhana tentang manfaat buah dan sayur saat jam makan berlangsung, seperti menjelaskan bahwa buah kaya vitamin yang baik untuk tubuh. (Observasi Pribadi, 2024) Ditemukan berikutnya guru menegaskan sebagai bentuk aturan bahwa anak-anak tidak diperbolehkan membawa camilan tidak sehat seperti permen atau keripik, dan guru mengingatkan orang tua tentang hal ini secara teratur. (Observasi Pribadi, 2024) Pada saat di setiap jam makan, temuan menunjukkan bahwa guru juga melakukan observasi terhadap pilihan makanan anak dan memberikan pujian bagi anak-anak yang memilih mengonsumsi buah dan sayur terlebih dahulu. (Observasi Pribadi, 2024)

Hasil pengamatan ditunjukkan pula dengan gestur guru yang mendampingi anak-anak selama jam makan membantu menciptakan suasana santai, mendorong anak-anak untuk terbiasa dengan makanan sehat. (Observasi Pribadi, 2024) Dalam temuan ini juga, guru secara konsisten mengajak anak-anak untuk mengunyah makanan perlahan dan menikmati rasa alami buah dan sayur, menghindari kebiasaan makan cepat atau tergesa-gesa. (Observasi Pribadi, 2024) Setiap anak diberikan kesempatan untuk berbagi pengalaman positif mereka tentang makanan sehat yang mereka makan di rumah, membentuk kebiasaan diskusi mengenai manfaat makanan sehat. (Observasi Pribadi, 2024)



Gambar 2. Anak-anak makan bersama di kelas

Kegiatan pengumpulan data yang dikemukakan di atas didukung oleh temuan penelitian melalui eksplorasi temuan dengan wawancara pihak sekolah dengan uru dan kepala sekolah. Hasil wawancara dengan salah satu guru mengungkapkan bahwa kegiatan jam makan selalu melibatkan edukasi informal tentang manfaat makanan sehat, dengan fokus khusus pada buah dan sayur. (Wawancara Pribadi, 2024) Ditambahkan oleh guru lainnya menyebutkan bahwa ada pendekatan model peran, di mana guru menunjukkan perilaku makan sehat kepada anak-anak untuk memberikan teladan yang baik. (Wawancara Pribadi, 2024)

Pada kesempatan lain, kepala sekolah menyatakan bahwa program pembiasaan makanan sehat ini telah menjadi bagian integral dari kurikulum sekolah, dan dukungan dari orang tua sangat dibutuhkan untuk keberlanjutannya. (Wawancara Pribadi, 2024) Ditambahkan pula oleh seorang guru juga menyebutkan bahwa beberapa orang tua mulai melihat perubahan positif dalam kebiasaan makan anak mereka di rumah setelah mengikuti program pembiasaan makanan sehat di sekolah. (Wawancara Pribadi, 2024) Ungkapan berikutnya dinyatakan pula oleh salah satu guru menekankan pentingnya pendekatan yang menyenangkan dalam memperkenalkan makanan sehat, sehingga anak-anak tidak merasa dipaksa tetapi tertarik untuk mencoba. (Wawancara Pribadi, 2024)

Penguatan temuan di atas didukung oleh beberapa dokumentasi lapangan. Temuan dokumentasi diketahui pada kegiatan jam makan menunjukkan bahwa anak-anak secara rutin menyantap makanan sehat, dengan foto-foto yang memperlihatkan mereka memegang buah

dan sayur. (*Analisis dokumen, 2024*) Temuan pada laporan semester guru mengindikasikan adanya peningkatan konsistensi dalam konsumsi buah dan sayur oleh anak-anak, yang dicatat secara rutin dalam catatan bulanan observasi sekolah. (*Analisis dokumen, 2024*)

4) Penggunaan Permainan Edukatif

Penggunaan permainan edukatif merupakan strategi yang efektif dalam proses pembelajaran di TK, termasuk dalam mendukung pembiasaan perilaku positif seperti pola makan sehat. Permainan edukatif memungkinkan anak-anak untuk belajar melalui pengalaman yang menyenangkan dan interaktif, di mana mereka dapat mengeksplorasi konsep-konsep penting dengan cara yang kreatif dan sesuai dengan perkembangan usia mereka. Dalam konteks pembiasaan makanan sehat, permainan edukatif dapat digunakan untuk mengajarkan anak-anak tentang berbagai jenis makanan bergizi, manfaatnya bagi tubuh, serta cara memilih dan mengonsumsi makanan sehat. Dengan melibatkan anak-anak secara aktif dalam permainan, mereka dapat memahami konsep nutrisi secara lebih mendalam sambil menikmati proses belajar, sehingga pendidikan tentang makanan sehat menjadi lebih menarik dan bermakna.

Beberapa temuan penelitian dapat dikemukakan tentang penggunaan permainan edukatif di TK Al-Falah Kerinci. Hasil observasi selama jam belajar, guru mengadakan kuis interaktif tentang makanan sehat di mana anak-anak diminta menyebutkan jenis-jenis buah dan sayur yang mereka kenal. Kuis ini dilakukan dalam suasana yang menyenangkan, membuat anak-anak antusias berpartisipasi. (*Observasi Pribadi, 2024*) Pengamatan pada sesi pembelajaran kelompok, guru menggunakan papan gambar dengan berbagai jenis makanan, dan meminta anak-anak menebak mana yang termasuk makanan sehat. Anak-anak terlihat bersemangat dan saling berdiskusi dalam kelompok. (*Observasi Pribadi, 2024*)

Temuan di salah satu kelas, tampak guru memperkenalkan permainan "tebak gizi," di mana anak-anak diminta memilih gambar makanan yang mengandung vitamin atau nutrisi tertentu. Aktivitas ini membantu mereka mengenali manfaat dari setiap jenis makanan yang mereka pilih. (*Observasi Pribadi, 2024*) Guru juga mengajak anak-anak bermain peran sebagai "dokter gizi," di mana mereka memberi "resep" makanan sehat kepada teman-temannya. Permainan peran ini tidak hanya mengajarkan tentang makanan sehat tetapi juga memperkuat rasa percaya diri dan kemampuan komunikasi anak-anak. (*Observasi Pribadi, 2024*)

Hasil observasi juga menunjukkan pada jam makan bersama, guru mengadakan permainan "siapa yang makan sayur paling banyak," yang membuat anak-anak berlomba-lomba untuk mengonsumsi lebih banyak sayuran. Permainan ini membuat jam makan menjadi waktu yang menyenangkan sekaligus edukatif. (*Observasi Pribadi, 2024*) Pengamatan berikutnya ditemukan anak-anak diajak bermain "puzzle nutrisi," di mana mereka menyusun potongan gambar menjadi makanan sehat seperti buah-buahan dan sayuran. Permainan ini tidak hanya meningkatkan pengetahuan anak tentang makanan sehat tetapi juga mengembangkan keterampilan motorik halus. (*Observasi Pribadi, 2024*)

Penggunaan permainan edukatif ini juga teridentifikasi dalam sesi tebak-tebakan, guru menggunakan kartu bergambar yang menampilkan berbagai makanan, dan anak-anak harus memilih kartu yang sesuai dengan kategori "sehat." Aktivitas ini memperkuat pemahaman anak tentang klasifikasi makanan. (*Observasi Pribadi, 2024*) Pada kegiatan luar ruangan, guru mengadakan permainan "cari makanan sehat," di mana anak-anak harus mengumpulkan gambar-gambar makanan sehat yang tersebar di sekitar area bermain. Aktivitas ini membantu anak mengenali makanan sehat sambil bermain aktif di luar ruangan. (*Observasi Pribadi, 2024*)

Pendalaman pengumpulan data dilakukan dengan wawancara kepada guru dan kepala sekolah. Hasil wawancara dengan guru menyatakan bahwa permainan interaktif seperti kuis dan tebak-tebakan sangat efektif dalam menarik minat anak-anak untuk belajar tentang makanan sehat. Mereka mencatat peningkatan pemahaman anak-anak mengenai nutrisi setelah mengikuti permainan ini. (*Wawancara Pribadi, 2024*) Pada wawancara berikutnya salah satu guru menjelaskan bahwa permainan peran sebagai "dokter gizi" membantu anak-anak memahami pentingnya memilih makanan sehat dan cara menjaga kesehatan tubuh dengan gizi yang baik. (*Wawancara Pribadi, 2024*)

Terkait dengan temuan ini, kepala sekolah mengungkapkan bahwa penggunaan permainan edukatif secara rutin telah menjadi bagian dari pendekatan pembelajaran di TK Al-Falah. Menurutnya, anak-anak lebih mudah memahami konsep nutrisi jika diajarkan melalui permainan yang menyenangkan dan interaktif. (*Wawancara Pribadi, 2024*) Hasil wawancara dengan beberapa guru mencatat bahwa dengan permainan seperti "puzzle nutrisi," anak-anak tidak hanya belajar tentang makanan sehat tetapi juga mengembangkan keterampilan kognitif dan motorik mereka. (*Wawancara Pribadi, 2024*) Dalam hal ini, guru juga mengatakan bahwa permainan tebak-tebakan gizi menjadi metode yang efektif dalam mengajar anak-anak tentang klasifikasi makanan dan manfaatnya. Anak-anak terlihat lebih antusias dan mampu mengingat informasi lebih lama dibandingkan metode pengajaran tradisional. (*Wawancara Pribadi, 2024*)

Untuk menguatkan temuan di atas, peneliti melakukan triangulasi pengumpulan data melalui analisis dokumentasi. Analisis terhadap dokumen kurikulum TK Al-Falah mencantumkan bahwa permainan edukatif merupakan metode yang digunakan secara rutin dalam pengajaran mengenai makanan sehat. Terdapat jadwal khusus yang menunjukkan aktivitas permainan setiap minggu. (*Wawancara Pribadi, 2024*). Hal ini juga didapatkan pada dokumentasi kegiatan sekolah menunjukkan foto-foto anak-anak yang sedang bermain permainan kuis tentang makanan sehat, di mana mereka terlihat bersemangat menjawab pertanyaan yang diajukan oleh guru. (*Analisis dokumen, 2024*) Dokumen lain menunjukkan hasil penilaian harian anak-anak, yang mencatat peningkatan pemahaman mereka mengenai makanan sehat setelah terlibat dalam permainan interaktif yang diadakan oleh guru. (*Analisis dokumen, 2024*)

5) Kampanye Hidup Sehat di Lingkungan Sekolah

Kampanye hidup sehat di lingkungan sekolah adalah upaya sistematis yang dilakukan untuk meningkatkan kesadaran dan membentuk kebiasaan sehat di kalangan siswa, guru, dan seluruh warga sekolah. Di dalam kampanye ini, berbagai kegiatan edukatif dan informatif diselenggarakan, seperti penyuluhan tentang gizi seimbang, pentingnya olahraga, serta bahaya makanan tidak sehat seperti *fast food*. Melalui poster, seminar, permainan interaktif, dan praktek langsung seperti kegiatan makan bersama dengan menu sehat, kampanye ini bertujuan untuk menciptakan budaya hidup sehat yang berkelanjutan. Dengan melibatkan seluruh komunitas sekolah, kampanye hidup sehat dapat mempromosikan gaya hidup yang lebih baik dan membantu siswa untuk menerapkan pola makan dan aktivitas fisik yang lebih seimbang, baik di sekolah maupun di rumah.

Berikut dikemukakan temuan penelitian dalam berbagai bentuk yang mengungkap kampanye hidup sehat di lingkungan sekolah TK Al-Falah Kerinci. Hasil eksplorasi data melalui observasi peneliti di lapangan ditemukan guru-guru aktif menjelaskan kepada anak-anak tentang pentingnya menghindari makanan cepat saji dengan menggunakan materi visual berupa poster yang ditempel di setiap ruang kelas. (*Observasi Pribadi, 2024*) Selama jam

istirahat, anak-anak diajak oleh guru untuk melihat poster-poster kampanye hidup sehat yang tersebar di sekolah, dengan penjelasan tambahan dari guru mengenai kandungan gizi. (Observasi Pribadi, 2024)

Pada pengamatan lainnya ditemukan di setiap kelas, terlihat adanya sudut informasi kesehatan yang memajang gambar-gambar makanan sehat dan poster yang menggambarkan dampak buruk *fast food*. (Observasi Pribadi, 2024) Pengamatan peneliti juga ditemukan pada hari-hari tertentu, sekolah menampilkan video edukatif mengenai makanan sehat dan pentingnya gizi seimbang di depan seluruh siswa sebagai bagian dari kampanye hidup sehat. (Observasi Pribadi, 2024) Tampak juga dalam kegiatan harian, guru sering menyelipkan pesan-pesan tentang pentingnya sarapan sehat dan membiasakan membawa bekal dari rumah sebagai bagian dari kebiasaan makan sehat. (Observasi Pribadi, 2024)

Anak-anak diajak bermain permainan edukatif interaktif tentang makanan sehat selama kampanye hidup sehat, dengan menebak bahan-bahan makanan yang sehat dan tidak sehat. (Observasi Pribadi, 2024) Dalam pengamatan tampak pula sekolah secara rutin menyelenggarakan kegiatan fisik bersama seperti senam pagi, yang juga merupakan bagian dari kampanye untuk mempromosikan gaya hidup aktif dan sehat. (Wawancara Pribadi, 2024)

Upaya menguatkan temuan, dikemukakan hasil wawancara dengan guru dan kepala sekolah. Salah satu guru menyatakan bahwa kampanye hidup sehat bertujuan untuk membantu anak-anak memahami bahaya *fast food* dan mengajarkan mereka pentingnya memilih makanan yang bergizi. (Wawancara Pribadi, 2024) Guru lain menjelaskan bahwa mereka sering kali membahas topik tentang kesehatan dan gizi dalam kegiatan belajar-mengajar untuk mendukung kampanye hidup sehat di sekolah.

Penuturan yang disampaikan kepala sekolah menyebutkan bahwa bahwa penggunaan media visual seperti poster sangat efektif dalam mengingatkan anak-anak dan orang tua tentang manfaat makanan sehat. (Wawancara Pribadi, 2024) Guru menyatakan bahwa kampanye hidup sehat ini juga mendapat dukungan dari orang tua, yang mulai membiasakan anak-anak mereka membawa bekal sehat setiap hari. (Wawancara Pribadi, 2024)

Temuan terhadap analisis dokumen menunjukkan sekolah memiliki sejumlah poster dan brosur edukatif yang didistribusikan kepada orang tua, berisi informasi tentang pentingnya gizi seimbang dan dampak buruk dari *fast food*. (Analisis dokumen, 2024) Pada catatan sekolah ditemukan adanya program tahunan yang secara konsisten mendukung kampanye hidup sehat, dengan agenda tetap yang mencakup seminar gizi untuk orang tua dan anak-anak. (Analisis dokumen, 2024)

6) Kolaborasi dengan Orang Tua

Kolaborasi dengan orang tua adalah upaya sekolah untuk melibatkan keluarga secara aktif dalam mendukung proses pendidikan dan pengembangan anak, khususnya dalam hal membentuk kebiasaan hidup sehat. Di TK Al-Falah Kerinci, kolaborasi ini diwujudkan melalui komunikasi rutin antara guru dan orang tua, penyelenggaraan seminar gizi, serta pemberian panduan dan saran mengenai bekal sehat yang dapat disiapkan di rumah. Dengan kerja sama yang baik, orang tua turut berperan dalam mengurangi kecenderungan anak mengonsumsi *fast food* dan membangun kebiasaan makan sehat yang berkelanjutan, sejalan dengan program-program kampanye hidup sehat di sekolah.

Hasil observasi dalam salah satu kegiatan kelas, guru di TK Al-Falah Kerinci mengajak anak-anak untuk berbagi cerita tentang makanan yang mereka bawa dari rumah. Guru memanfaatkan momen ini untuk memberikan apresiasi kepada anak-anak yang membawa bekal sehat seperti buah-buahan dan sayuran. Guru kemudian menjelaskan kepada anak-anak

tentang pentingnya memilih makanan sehat, dan mendorong mereka untuk mengajak orang tua mereka menyiapkan bekal yang lebih bergizi. (Observasi Pribadi, 2024)

Temuan berikutnya menunjukkan pada sebuah kegiatan penyuluhan yang diadakan di aula sekolah, terlihat antusiasme dari para orang tua yang hadir. Mereka mendengarkan paparan dari ahli gizi yang diundang oleh sekolah tentang dampak negatif konsumsi *fast food* yang berlebihan. Ahli gizi juga memberikan tips tentang cara membuat bekal sehat yang praktis dan menarik untuk anak-anak. (Observasi Pribadi, 2024) Diskusi ini diikuti oleh sesi tanya jawab, di mana beberapa orang tua berbagi tantangan mereka dalam mengajak anak makan sehat di rumah.

Dalam salah satu diskusi kelompok yang melibatkan orang tua, guru, dan kepala sekolah, terlihat bahwa beberapa orang tua aktif bertanya tentang cara mengatasi kebiasaan anak yang lebih suka makanan cepat saji. Guru memberikan contoh-contoh makanan sehat yang dapat diolah di rumah bersama anak-anak, seperti salad buah dan roti lapis dengan sayuran. (Observasi Pribadi, 2024) Diskusi ini menjadi ajang bagi para orang tua untuk saling bertukar pengalaman dan mendapatkan ide-ide baru.

Selanjutnya, temuan pada sebuah kegiatan bersama yang melibatkan anak-anak dan orang tua, terlihat bagaimana sekolah mengadakan acara memasak sehat. Anak-anak diajak untuk membantu dalam menyiapkan makanan sehat, sementara orang tua mendampingi dan mendapatkan kesempatan untuk belajar tentang pentingnya mengajak anak berpartisipasi dalam kegiatan memasak di rumah. (*Observasi Pribadi, 2024a*) Acara ini juga diselengi dengan penjelasan dari guru tentang nutrisi dan pentingnya mengurangi konsumsi *fast food*.

Penemuan ini diukung oleh data hasil wawancara guru dan kepala sekolah. Seorang guru mengungkapkan bahwa kolaborasi dengan orang tua adalah kunci utama dalam mengubah kebiasaan makan anak. "Kami terus berkomunikasi dengan orang tua, baik melalui pertemuan rutin maupun grup *WhatsApp*, untuk memberikan saran dan motivasi agar mereka mendukung program makan sehat di rumah." (*Wawancara Pribadi, 2024*) Guru ini menambahkan bahwa orang tua perlu menjadi teladan bagi anak-anak dalam memilih makanan yang lebih bergizi.

Hasil wawancara dengan guru lainnya menyatakan bahwa salah satu strategi yang berhasil dalam kolaborasi ini adalah mengajak orang tua untuk aktif terlibat dalam kegiatan sekolah. "Setiap semester, kami mengadakan seminar atau workshop tentang gizi yang dihadiri oleh orang tua. Ini membantu mereka mendapatkan pengetahuan baru dan juga kesempatan untuk berdiskusi dengan ahli gizi." (*Wawancara Pribadi, 2024*) Guru tersebut menekankan bahwa kegiatan ini memperkuat dukungan orang tua terhadap program sekolah.

Dalam wawancara dengan salah satu guru senior, ia menyebutkan bahwa kerja sama yang baik antara sekolah dan orang tua terlihat dalam perubahan kebiasaan makan anak-anak. "Sekarang, lebih banyak anak-anak yang membawa bekal sehat ke sekolah, dan itu berkat edukasi yang kami berikan kepada orang tua." (*Wawancara Pribadi, 2024*) Ia menambahkan bahwa sekolah secara rutin memberikan panduan menu sehat kepada orang tua.

Selanjutnya, kepala sekolah TK Al-Falah Kerinci menegaskan bahwa program kolaborasi dengan orang tua ini bukan hanya tentang sosialisasi, tetapi juga tentang membangun kesadaran jangka panjang. "Kami tidak hanya ingin anak-anak makan sehat di sekolah, tetapi juga di rumah. Oleh karena itu, kami bekerja keras untuk melibatkan orang tua dalam setiap program yang kami jalankan," (*Wawancara Pribadi, 2024*) katanya. Kepala sekolah ini juga menjelaskan bahwa dukungan orang tua sangat penting untuk keberhasilan kampanye hidup sehat di sekolah. Dalam hal ini, seorang guru muda yang baru bergabung mengatakan bahwa

dirinya sangat terkesan dengan keterlibatan orang tua di TK Al-Falah Kerinci. "Orang tua di sini sangat terbuka untuk belajar dan berdiskusi tentang nutrisi anak. Kami sering berbagi informasi melalui berbagai platform, dan mereka merespons dengan baik." (*Wawancara Pribadi, 2024*) Menurut guru ini, hubungan yang baik antara sekolah dan orang tua membuat program pembiasaan makanan sehat lebih efektif.

Penelusuran data melalui dokumentasi, sekolah memiliki dokumentasi tertulis tentang jadwal rutin pertemuan dengan orang tua yang membahas tentang kesehatan dan gizi anak. Dalam dokumen ini, tercatat bahwa pertemuan diadakan setidaknya satu kali dalam satu semester, dengan salah satu agenda utamanya adalah pembahasan tentang makanan sehat dan bahaya *fast food* bagi anak-anak. (*Analisis dokumen, 2024*)

Temuan berikut dalam dokumentasi terdapat laporan dari salah satu pertemuan yang mencatat bahwa lebih dari 60% orang tua hadir dan berpartisipasi aktif dalam diskusi tentang pengurangan konsumsi *fast food*. (*Analisis dokumen, 2024*) Laporan ini juga mencantumkan beberapa rekomendasi yang diberikan oleh ahli gizi selama pertemuan, seperti mengganti camilan olahan dengan buah segar dan memperkenalkan anak pada sayuran sejak dini.

Temuan ini teridentifikasi pula bahwasekolah juga menyimpan dokumentasi berupa foto-foto kegiatan kolaborasi dengan orang tua, seperti acara memasak sehat dan seminar gizi. (*Analisis dokumen, 2024*) Foto-foto ini menunjukkan interaksi antara orang tua, anak-anak, dan guru dalam suasana yang edukatif namun menyenangkan. Hal ini menjadi bukti konkret bahwa sekolah secara aktif melibatkan orang tua dalam program kesehatan dan nutrisi.

Peran orang tua dalam menghadapi market trend dan kecenderungan anak mengonsumsi *fast food* di Taman Kanak-Kanak Al-Falah Kerinci sangat penting, karena mereka berfungsi sebagai pendukung utama dalam pembentukan kebiasaan makan sehat. Orang tua diharapkan untuk aktif berpartisipasi dalam proses pendidikan nutrisi anak dengan memberikan pemahaman mengenai dampak negatif *fast food* dan pentingnya memilih makanan bergizi. Melalui kolaborasi dengan sekolah, orang tua dapat memperkuat pesan-pesan tentang pola makan sehat yang diajarkan di kelas, serta menciptakan lingkungan yang mendukung di rumah dengan menyediakan makanan sehat dan mengganti pilihan cepat saji dengan alternatif yang lebih bergizi. Selain itu, orang tua dapat berperan sebagai contoh bagi anak-anak mereka dengan menunjukkan kebiasaan makan yang baik, sehingga dapat membantu anak-anak untuk lebih memahami dan menerapkan pola makan sehat dalam kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan penelitian mengenai peran orang tua dalam menghadapi market trend dan kecenderungan anak mengonsumsi *fast food* di Taman Kanak-Kanak Al-Falah Kerinci, berikut adalah lima poin inti temuan yang menggambarkan rendahnya peran orang tua.

1) Ketergantungan pada *Fast food*

Ketergantungan pada *fast food* merujuk pada pola konsumsi yang meningkat di mana individu, terutama anak-anak, cenderung memilih makanan cepat saji sebagai pilihan utama dalam diet mereka. Hal ini sering kali disebabkan oleh faktor-faktor seperti kemudahan akses, rasa yang menarik, dan pemasaran yang agresif dari berbagai restoran cepat saji. Dalam konteks anak-anak di Taman Kanak-Kanak Al-Falah Kerinci, ketergantungan ini terlihat dari kebiasaan orang tua yang lebih memilih memberikan bekal makanan cepat saji, seperti burger dan kentang goreng, dibandingkan dengan makanan bergizi yang lebih sehat. Akibatnya, anak-anak menjadi terbiasa dengan rasa dan kenyamanan *fast food*, yang dapat mengurangi minat mereka terhadap makanan sehat, serta berpotensi meningkatkan risiko masalah kesehatan

jangka panjang, seperti obesitas dan gangguan gizi. Ketergantungan ini mencerminkan tantangan yang dihadapi oleh orang tua dan sekolah dalam membentuk kebiasaan makan yang sehat di kalangan anak-anak.

Temuan penelitian tentang ketergantungan pada *fast food* di Taman Kanak-Kanak Al-Falah Kerinci menunjukkan tingginya frekuensi bekal *fast food*. Dalam pengamatan selama beberapa bulan, terlihat bahwa sekitar lebih dari 70% anak membawa bekal berupa makanan cepat saji, seperti ayam krispi, nugget ayam, mi instan, kentang goreng, donat dibandingkan dengan makanan sehat seperti sayuran dan buah. (Observasi Pribadi, 2024) Selama jam makan, hampir semua anak memilih makanan cepat saji yang mereka bawa, meskipun tersedia pilihan makanan sehat di kantin sekolah. (Observasi Pribadi, 2024) Ini menunjukkan ketergantungan yang kuat terhadap makanan cepat saji.

Dalam pantauan peneliti, anak-anak menunjukkan reaksi lebih banyak antusiasme terhadap bekal *fast food* dibandingkan dengan makanan sehat yang disediakan oleh sekolah. (Observasi Pribadi, 2024) Hal ini mencerminkan preferensi mereka terhadap rasa dan kemasan yang menarik dari *fast food*. Dalam observasi, kegiatan makan bersama di kelas lebih sering didominasi oleh makanan cepat saji, di mana anak-anak saling bertukar bekal *fast food*, (Observasi Pribadi, 2024) menunjukkan kurangnya kesadaran akan keberagaman makanan sehat.

Pengamatan terkait sikap anak terhadap makanan sehat, anak-anak yang membawa bekal makanan sehat tampak kurang percaya diri dan cenderung tidak mengonsumsinya, sementara yang membawa *fast food* merasa lebih bangga dan menunjukkan sikap positif terhadap pilihan makanan mereka. (Observasi Pribadi, 2024) Temuan ini juga menunjukkan banyak anak terpengaruh oleh pilihan makanan teman-temannya. Ketika satu anak membawa *fast food*, yang lain cenderung mengikuti untuk mendapatkan makanan yang sama, memperkuat ketergantungan pada *fast food*.

Upaya menelusuri peristiwa ini, peneliti mendalami penelitian melalui wawancara dengan guru dan kepala sekolah. Berhubungan dengan pandangan guru tentang kebiasaan makan, beberapa guru menyatakan kekhawatiran tentang kebiasaan makan anak-anak yang lebih memilih makanan cepat saji, (*Wawancara Pribadi, 2024*) karena mereka percaya bahwa hal ini dapat berdampak negatif pada kesehatan jangka panjang anak. Berhubungan dengan ini, kepala sekolah melaporkan bahwa sebagian besar orang tua yang merupakan pegawai kantor dan guru cenderung memberikan bekal makanan cepat saji kepada anak-anak, karena keterbatasan waktu untuk menyiapkan makanan bergizi di rumah. (*Wawancara Pribadi, 2024*)

Beberapa guru mengungkapkan adanya tantangan dalam mengedukasi orang tua. Guru-guru merasa kesulitan untuk mengedukasi tentang pentingnya memberikan makanan bergizi kepada anak-anak, karena kebiasaan yang sudah terbangun dan kemudahan akses terhadap *fast food*. (*Wawancara Pribadi, 2024*) Oleh karena itu, dalam hubungan keterlibatan sekolah, kepala sekolah mengungkapkan meskipun sekolah berupaya menyediakan makanan sehat, banyak anak tetap membawa makanan cepat saji dari rumah, yang menunjukkan tantangan dalam menciptakan kesadaran tentang pentingnya pola makan sehat di kalangan orang tua. (*Wawancara Pribadi, 2024*).

Hasil wawancara tentang adanya respon positif terhadap makanan sehat, beberapa guru melaporkan bahwa meskipun banyak anak lebih memilih *fast food*, ada segelintir anak yang masih menunjukkan ketertarikan pada makanan sehat yang diajarkan di sekolah, menunjukkan harapan untuk mengubah pola makan mereka. (*Wawancara Pribadi, 2024*).

Penelusuran ini ditemukan pula pada catatan nutrisi sekolah, analisis dokumen menunjukkan bahwa sekolah memiliki program nutrisi yang mengedukasi orang tua tentang pentingnya makanan bergizi, (*Analisis dokumen, 2024*) namun partisipasi orang tua dalam program ini masih rendah. Dalam kaitan materi edukasi untuk orang tua, sekolah menyediakan materi edukasi tentang manfaat makanan sehat, (*Analisis dokumen, 2024*) tetapi banyak orang tua yang tidak menerapkannya dalam pilihan makanan sehari-hari anak. Analisis terhadap laporan kesehatan anak, data kesehatan anak-anak yang dikumpulkan menunjukkan adanya kecenderungan peningkatan berat badan di kalangan anak-anak yang rutin mengonsumsi makanan cepat saji, menegaskan ketergantungan yang berkembang terhadap jenis makanan ini. (*Analisis dokumen, 2024*)

2) Keterbatasan Waktu

Keterbatasan waktu bagi orang tua merupakan kondisi di mana banyak orang tua, terutama yang bekerja sebagai pegawai kantor atau guru, mengalami kesulitan dalam menyediakan waktu yang cukup untuk menyiapkan makanan sehat bagi anak-anak mereka. Rutinitas pekerjaan yang padat dan tuntutan tanggung jawab lainnya sering kali mengakibatkan mereka memilih opsi yang lebih cepat dan praktis, seperti makanan cepat saji, alih-alih meluangkan waktu untuk memasak makanan bergizi di rumah. Keterbatasan ini dapat mengurangi perhatian orang tua terhadap pentingnya nutrisi yang seimbang dalam diet anak, sehingga berdampak pada pola makan anak dan kesehatan mereka secara keseluruhan. Dengan demikian, keterbatasan waktu menjadi salah satu faktor signifikan yang memengaruhi pilihan makanan yang diberikan kepada anak, yang sering kali berujung pada ketergantungan pada makanan cepat saji.

Dalam pengamatan di lingkungan sekolah, terlihat bahwa banyak anak yang membawa bekal makanan cepat saji, seperti ayam krispi, nuget ayam, mi instan, kentang goreng, donat dan lainnya yang dibeli oleh orang tua mereka. (*Analisis dokumen, 2024*) Hal ini menunjukkan pilihan praktis yang diambil oleh orang tua karena keterbatasan waktu. Observasi saat jam istirahat, anak-anak cenderung lebih menikmati makanan cepat saji dibandingkan dengan buah atau sayur. (*Analisis dokumen, 2024*) Hal ini mencerminkan pola konsumsi yang dipengaruhi oleh kebiasaan orang tua yang lebih memilih opsi cepat.

Pantauan di area kantin sekolah, sebagian besar anak memilih makanan siap saji dibandingkan makanan sehat yang disediakan, (*Analisis dokumen, 2024*) yang menunjukkan adanya pengaruh dari kebiasaan makan di rumah. Begitu pula temuan selama sesi pembelajaran tentang makanan sehat, beberapa anak menyebutkan bahwa mereka sering kali hanya makan *fast food* karena orang tua mereka kurang memiliki waktu untuk memasak. Tampak pula saat guru melakukan wawancara dengan anak-anak, beberapa di antaranya menyatakan bahwa mereka lebih suka makanan cepat saji karena praktis dan lebih mudah didapatkan (*Observasi Pribadi, 2024a*) dibandingkan makanan sehat. Pengamatan pada saat pengambilan bekal menunjukkan bahwa anak-anak dengan bekal *fast food* cenderung lebih banyak dibandingkan dengan anak yang membawa makanan sehat, (*Observasi Pribadi, 2024a*) mengindikasikan pola yang berulang.

Temuan di atas didukung oleh hasil wawancara peneliti di lapangan. Guru menyatakan bahwa banyak orang tua yang mengaku kurang memiliki waktu untuk menyiapkan makanan sehat bagi anak-anak mereka, sehingga lebih memilih untuk membeli makanan cepat saji. (*Observasi Pribadi, 2024a*) Ditambahkan oleh kepala sekolah menjelaskan bahwa meskipun mereka mendorong pola makan sehat, kebiasaan orang tua yang sibuk membuat anak-anak lebih cenderung mengonsumsi *fast food*. (*Wawancara Pribadi, 2024*)

Pada kesempatan lain saat beberapa orang tua mengantar anak mereka ke sekolah ditemui untuk diminta penuturannya. Ada empat orang tua menyatakan dalam maksud yang sama, yang juga berprofesi sebagai guru dan pegawai kantor, menyatakan bahwa meskipun memahami pentingnya makanan sehat, mereka merasa terbatas oleh rutinitas harian yang padat, sehingga *fast food* menjadi pilihan yang lebih mudah. (Wawancara Pribadi, 2024) Seorang guru menambahkan bahwa keterbatasan waktu orang tua sering kali menjadi alasan di balik pilihan makanan yang kurang sehat di rumah, (Wawancara Pribadi, 2024) yang berimbas pada kebiasaan makan anak di sekolah.

Kepala sekolah menekankan perlunya penyuluhan kepada orang tua mengenai pentingnya menyediakan makanan sehat, meskipun mereka sibuk. (Wawancara Pribadi, 2024) Terkait dengan ini, guru menyatakan mencatat bahwa saat orang tua diundang ke sekolah, banyak yang mengungkapkan kekhawatiran tentang kesehatan anak, tetapi keterbatasan waktu selalu menjadi kendala utama. (Wawancara Pribadi, 2024). Upaya pendalaman temuan, peneliti melakukan analisis terhadap temuan dokumentasi. Dalam catatan sekolah, terdapat laporan bahwa sekitar 70% orang tua mengakui mereka tidak memiliki cukup waktu untuk menyiapkan makanan bergizi bagi anak-anak mereka (Analisis dokumen, 2024).

3) Kurangnya Pengetahuan Nutrisi

Kurangnya pengetahuan nutrisi bagi orang tua merujuk pada kondisi di mana orang tua tidak memiliki pemahaman yang memadai mengenai pentingnya asupan gizi seimbang untuk pertumbuhan dan kesehatan anak. Hal ini mencakup minimnya informasi tentang jenis makanan yang harus diberikan, jumlah gizi yang dibutuhkan anak, serta dampak jangka panjang dari pola makan yang buruk, seperti mengonsumsi *fast food* secara berlebihan. Ketidaktahuan ini sering kali membuat orang tua lebih memilih makanan cepat saji karena praktis, tanpa menyadari konsekuensi negatifnya terhadap kesehatan anak. Kurangnya pengetahuan nutrisi juga bisa berpengaruh pada keputusan sehari-hari dalam menyiapkan bekal anak, sehingga penting bagi sekolah dan pihak terkait untuk memberikan edukasi gizi yang lebih baik kepada orang tua.

Temuan penelitian kurangnya pengetahuan nutrisi di TK Al-Falah Kerinci selama jam makan di sekolah, banyak anak terlihat membawa bekal berupa makanan cepat saji, seperti nugget, sosis, ayam krispi, dan mie instan. (Observasi Pribadi, 2024) Anak-anak ini cenderung tidak membawa sayuran atau buah-buahan dalam bekal mereka, menunjukkan minimnya perhatian terhadap nutrisi dalam pilihan bekal yang disiapkan oleh orang tua. Dalam kegiatan tanya jawab sederhana di kelas mengenai makanan sehat, beberapa anak tidak dapat menyebutkan contoh makanan sehat, seperti sayur atau buah, namun lebih akrab dengan makanan cepat saji. (Observasi Pribadi, 2024) Hal ini menunjukkan bahwa anak-anak tidak terbiasa dengan makanan bergizi di lingkungan rumah.

Hasil observasi dalam kegiatan memasak yang diadakan oleh sekolah, anak-anak menunjukkan ekspresi wajah kurang menyukai jenis sayuran yang belum pernah mereka konsumsi di rumah. Beberapa anak bahkan menyebut bahwa mereka tidak pernah makan sayur di rumah, (Observasi Pribadi, 2024) menandakan kurangnya kebiasaan konsumsi makanan bergizi. Ketika anak-anak ditanya oleh guru mengenai makanan apa yang mereka makan di rumah, sebagian besar menjawab makanan cepat saji seperti ayam goreng atau nugget, mi instan, dengan hanya sedikit yang menyebutkan makanan buatan rumah yang kaya gizi seperti sayur atau ikan.

Dalam kegiatan sehari-hari di kelas, guru mencatat (Observasi Pribadi, 2024) bahwa hanya sedikit anak yang membawa bekal makanan bergizi seperti buah atau sayuran, sementara mayoritas membawa makanan yang rendah kandungan nutrisi, mengindikasikan bahwa orang tua belum memahami pentingnya makanan bergizi untuk anak-anak mereka.

Upaya pendalaman sumber data, dilakukan wawancara dengan beberapa sumber utama di lapangan. Hasil wawancara dengan beberapa orang tua mengakui bahwa mereka tidak terlalu memperhatikan komposisi nutrisi dari bekal yang diberikan kepada anaknya. Menurut mereka, yang terpenting adalah anak tidak kelaparan dan praktis untuk disiapkan, (*Wawancara Pribadi, 2024*) sehingga makanan cepat saji sering menjadi pilihan. Pada kesempatan berbeda, seorang ibu mengungkapkan bahwa ia sering memberikan makanan siap saji kepada anaknya karena ia merasa tidak memiliki pengetahuan cukup tentang makanan yang baik untuk anak. (*Wawancara Pribadi, 2024*) Ia berharap bisa mendapatkan lebih banyak informasi tentang nutrisi dari sekolah.

Eksplorasi data berkaitan dengan kurangnya pengetahuan nutrisi, salah satu guru menyatakan bahwa sebagian besar orang tua siswa di TK Al-Falah kurang peduli dengan kandungan nutrisi dari bekal yang dibawa anak. Mereka lebih mengutamakan kepraktisan dan tidak menyadari dampak jangka panjang dari pola makan yang kurang sehat. (*Wawancara Pribadi, 2024*) Kepala sekolah mengungkapkan bahwa sekolah telah beberapa kali memberikan penyuluhan mengenai pentingnya makanan bergizi, namun respon dari orang tua masih rendah. Mereka cenderung tidak terlalu memahami dampak negatif *fast food* dan pentingnya memberikan makanan sehat kepada anak. (*Wawancara Pribadi, 2024*) Seorang guru mengakui bahwa sebagian orang tua kurang terinformasi mengenai pentingnya nutrisi, terutama kaitannya dengan perkembangan otak dan tubuh anak. Mereka cenderung membiarkan anak memilih makanan, yang sering kali adalah *fast food*. (*Wawancara Pribadi, 2024*)

Temuan ini didukung oleh dokumentasi yang didapatkan di lapangan. Hasil analisis dokumen kegiatan kampanye hidup sehat di sekolah menunjukkan rendahnya partisipasi aktif dari orang tua dalam program-program yang berkaitan dengan edukasi gizi. (*Analisis dokumen, 2024*) Mereka tampak hadir namun kurang terlibat secara aktif dalam diskusi atau kegiatan praktis. Dokumen laporan kesehatan siswa menunjukkan bahwa sebagian anak mengalami masalah gizi, seperti kekurangan berat badan atau obesitas, (*Analisis dokumen, 2024*) yang dapat dikaitkan dengan pola makan yang tidak sehat. Hal ini menguatkan temuan bahwa orang tua kurang memperhatikan nutrisi yang diberikan kepada anak-anak mereka. Dari dokumen kurikulum yang diterapkan di TK Al-Falah, terdapat program pembelajaran gizi yang melibatkan orang tua, tetapi dokumentasi kehadiran menunjukkan bahwa partisipasi orang tua dalam program ini masih rendah. (*Analisis dokumen, 2024*)

4) Pengaruh Lingkungan

Pengaruh lingkungan sosial yang mempengaruhi pilihan *fast food* merujuk pada bagaimana interaksi dan eksposur seseorang terhadap kelompok sosial di sekitarnya dapat membentuk preferensi konsumsi makanan, terutama *fast food*. Lingkungan sosial mencakup keluarga, teman sebaya, dan media yang secara langsung atau tidak langsung mendorong individu, termasuk anak-anak, untuk memilih makanan cepat saji. Dalam konteks ini, anak-anak mungkin terdorong untuk mengonsumsi *fast food* karena keluarga yang sibuk cenderung menyediakan makanan praktis, teman-teman yang memiliki kebiasaan serupa, atau paparan iklan *fast food* di media yang mengarahkan persepsi mereka terhadap makanan tersebut.

Lingkungan sosial juga mencakup budaya populer yang menjadikan *fast food* sebagai simbol kenyamanan dan tren. Bentuk-bentuk lingkungan sosial yang mempengaruhi pilihan ini antara lain: 1) keluarga yang membiasakan *fast food* sebagai solusi praktis, 2) teman sebaya yang memperkuat pilihan ini melalui kebiasaan bersama, 3) iklan dan media sosial yang menggambarkan *fast food* secara positif, dan 4) budaya masyarakat yang menganggap *fast food* sebagai pilihan cepat dan modern.

Beberapa temuan penelitian ini peneliti kemukakan tentang pengaruh lingkungan sosial terhadap pilihan *fast food* di Taman Kanak-Kanak Al-Falah Kerinci. Hasil observasi terhadap beberapa anak sering membawa makanan cepat saji sebagai bekal ke sekolah, terlihat dari kemasan makanan seperti ayam krispi, kentang goreng, dan nugget yang umum ditemukan di dalam kotak makan mereka. Hal ini diamati selama jam makan di sekolah, di mana makanan ini lebih sering dibawa oleh anak-anak dari keluarga yang sibuk bekerja, (*Analisis dokumen, 2024*) menunjukkan peran keluarga dalam membiasakan makanan praktis seperti *fast food*.

Anak-anak terlihat saling berbagi makanan *fast food* dengan teman-temannya, dan sering kali ada percakapan yang menunjukkan mereka terpengaruh satu sama lain untuk memilih makanan yang sama. (*Analisis dokumen, 2024*) Perihal ini mengindikasikan pengaruh teman sebaya dalam memperkuat pilihan *fast food* sebagai kebiasaan bersama yang mereka nikmati. Pada saat jam kegiatan makan di sekolah, anak-anak antusias ketika menyebutkan nama-nama restoran *fast food* yang mereka kunjungi bersama keluarga atau teman. (*Analisis dokumen, 2024*) Percakapan ini sering kali dipicu oleh pengalaman mereka melihat iklan makanan cepat saji di televisi atau media sosial, menunjukkan pengaruh kuat media dalam membentuk persepsi mereka.

Hasil observasi terhadap beberapa anak menunjukkan ekspresi senang dan bangga menunjukkan mainan atau hadiah yang mereka peroleh dari pembelian makanan cepat saji, (*Analisis dokumen, 2024*) yang merupakan bagian dari promosi *fast food* yang menarik bagi anak-anak. Ini memperkuat daya tarik *fast food* melalui strategi pemasaran yang diarahkan pada anak-anak.

Pendalaman wawancara dengan guru-guru juga mengamati bahwa anak-anak yang sering mengonsumsi *fast food* cenderung memiliki kebiasaan makan yang cepat dan tidak memperhatikan nilai gizi. Anak-anak ini cenderung mengabaikan buah dan sayuran yang disediakan oleh sekolah, lebih memilih makanan yang mereka kenal dari restoran cepat saji. (*Wawancara Pribadi, 2024*). Hal ini didukung pula data pengamatan terhadap kegiatan perayaan ulang tahun di sekolah, makanan yang dibawa oleh beberapa orang tua sebagai traktiran untuk anak-anak sering kali berupa makanan cepat saji, seperti nugget dan ayam goreng. (*Observasi Pribadi, 2024*) Kebiasaan ini memperkuat budaya *fast food* sebagai pilihan makanan yang mudah dan praktis dalam acara sosial.

Pendalaman melalui hasil wawancara dengan orang tua dituturkan oleh seorang ibu yang bekerja sebagai pegawai kantor mengatakan bahwa dia sering membelikan *fast food* untuk bekal anaknya karena keterbatasan waktu di pagi hari. (*Wawancara Pribadi, 2024*) Dia merasa *fast food* adalah pilihan yang praktis dan mudah diakses di tengah kesibukan. Pada kesempatan lain, seorang ayah mengakui bahwa dia tidak terlalu memperhatikan nilai gizi dari makanan yang dibawa anaknya ke sekolah, karena baginya yang penting anak makan dengan kenyang, (*Wawancara Pribadi, 2024*) terutama karena tekanan pekerjaan yang menyita waktu.

Wawancara dengan kepala sekolah menekankan bahwa budaya masyarakat saat ini, yang memandang *fast food* sebagai solusi makan cepat dan praktis, mempengaruhi kebiasaan

orang tua dalam memilih bekal untuk anak-anak mereka (*Wawancara Pribadi*, 2024) Dia mengakui bahwa diperlukan kerja sama lebih lanjut antara sekolah dan orang tua untuk mengubah kebiasaan ini. Hal ini juga memperkuat dalam temuan bahwa dokumentasi foto dan laporan kegiatan menunjukkan bahwa pada acara-acara sekolah yang melibatkan partisipasi orang tua, makanan yang disajikan sering kali adalah *fast food*, (*Analisis dokumen*, 2024) memperlihatkan bagaimana kebiasaan ini dipertahankan dalam berbagai kesempatan sosial di sekolah.

PENUTUP

KESIMPULAN

Berdasarkan temuan dan analisis hasil penelitian, maka dikemukakan kesimpulan penelitian sebagai berikut:

1. Peran Sekolah dalam Menghadapi Market Trend Dan Kecenderungan Anak Mengonsumsi *Fast food* di Taman Kanak-Kanak Al-Falah Kerinci, menunjukkan bahwa sekolah telah berperan aktif dalam mengedukasi anak-anak tentang pentingnya pola makan sehat melalui berbagai program dan kegiatan. Sekolah melakukan kampanye gizi seimbang, kegiatan memasak yang melibatkan anak-anak, serta penyuluhan kepada orang tua mengenai bahaya konsumsi *fast food*. Namun, meskipun upaya ini sudah berjalan, ada beberapa hambatan yang mengurangi efektivitasnya. Salah satu hambatan utama adalah ketergantungan orang tua pada makanan cepat saji karena keterbatasan waktu dan tekanan pekerjaan. Di samping itu, pengaruh lingkungan sosial, seperti teman sebaya dan paparan iklan *fast food* di media sosial, juga memperkuat kecenderungan anak-anak untuk lebih memilih *fast food* dibandingkan makanan sehat. Oleh karena itu, kolaborasi lebih erat antara sekolah dan orang tua sangat dibutuhkan untuk memperkuat pesan tentang pentingnya pola makan sehat, serta membatasi eksposur anak terhadap iklan *fast food*. Dengan demikian, meskipun peran sekolah sudah cukup signifikan, diperlukan sinergi yang lebih kuat antara sekolah, keluarga, dan komunitas untuk mencapai perubahan yang lebih berkelanjutan dalam pola makan anak-anak di tengah tren konsumsi *fast food* yang semakin meningkat.
2. Peran Orang Tua dalam Menghadapi Market Trend Dan Kecenderungan Anak Mengonsumsi *Fast food* di Taman Kanak-Kanak Al-Falah Kerinci, menunjukkan bahwa peran orang tua sangat penting dalam membentuk kebiasaan makan anak. Sebagian besar orang tua menyadari pentingnya nutrisi yang sehat, namun keterbatasan waktu akibat pekerjaan menjadi faktor utama yang mendorong mereka memilih *fast food* sebagai solusi praktis. Meskipun sekolah telah memberikan edukasi mengenai makanan sehat, penerapan di rumah masih sering terkendala oleh kesibukan dan kurangnya pemahaman yang mendalam tentang dampak jangka panjang *fast food*. Lingkungan sosial, seperti teman sebaya dan media, juga turut memperkuat preferensi anak terhadap *fast food*.

Saran

Perlu adanya dukungan yang lebih kuat dari pihak sekolah, melalui kampanye bersama orang tua dan penyuluhan praktis tentang pola makan sehat yang bisa diterapkan di rumah, ada peluang besar untuk mengurangi ketergantungan pada makanan cepat saji. Kolaborasi yang lebih intensif antara sekolah dan orang tua diperlukan untuk menciptakan kebiasaan makan sehat yang berkelanjutan bagi anak-anak di TK Al-Falah Kerinci.

DAFTAR PUSTAKA

- Creswell, J. W. (2014). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (4th ed.). Sage Publications.
- Dinas Kesehatan Provinsi Jambi. (2021). *Profil Kesehatan Provinsi Jambi Tahun 2021*. Diakses pada 26 Oktober 2023 dari <https://dinkes.jambiprov.go.id/>.
- Fructose and cardiometabolic health: What the evidence from sugar-sweetened beverages tells us. (n.d.). *Journal of the American College of Cardiology*, 66(14), 1615–1624.
- Harris, J. L. (n.d.). *Fast Food FACTS: Evaluating Fast Food Nutrition and Marketing to Youth*. Yale Rudd Center for Food Policy & Obesity. <https://uconnruddcenter.org/research/fast-food-facts/>
- Hartati, N., & Yuniarti, K. W. (n.d.). Apakah sistem kekerabatan matrilineal di suku Minang masih membudaya? Analisis tematik pada makna pemberian dukungan sosial mamak kepada kemenakan. *Jurnal Psikologi Sosial Universitas Negeri Padang*, 18(03), 199–210.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Profil Kesehatan Indonesia 2021*. Kementerian Kesehatan RI.
- Manoppo, C. A., & Edi, A. (2019). Analisis atribut pemasaran pada beberapa restoran cepat saji di Jakarta. *Journal of Business Strategy and Execution*, 2(1), 63-84.
- Miles, M. B., & Huberman, A. M. (2019). *Qualitative data analysis*. UI Press.
- Moleong, L. J. (2021). *Metodologi penelitian kualitatif*. Remaja Rosdakarya.
- Malik, V. S., Willett, W. C., & Hu, F. B. (n.d.). Global obesity: trends, risk factors and policy implications. *Nature Reviews Endocrinology*, 9(1), 13–27.
- Nurbaini, N., & Jannah, M. (n.d.). Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Status Gizi Anak Usia Dini di PAUD Kota Makassar. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 10(2), 115–123.
- Parker, C., Scott, S., & Geddes, A. (2019). Snowball sampling. *SAGE Research Methods Foundations*. <http://dx.doi.org/10.4135/>.
- Rachmi, C. N., Agho, K. E., Li, M., & Baur, L. A. (n.d.). Stunting, underweight and overweight in children aged 2.0–4.9 years in Indonesia: prevalence trends and associated risk factors. *PLOS ONE*, 11(5), 154756.
- Rizka, A., & Damayanti, R. (n.d.). Konsumsi Makanan Cepat Saji dan Status Gizi Anak Prasekolah. *Jurnal Gizi Dan Kesehatan*, 15(1), 45–52.
- Salvy, S. J., Haye, K., Bowker, J. C., & Hermans, R. C. (n.d.). Influence of peers and friends on children's and adolescents' eating and activity behaviors. **Physiology & Behavior*, 106*(3), 369–378. <https://doi.org/10.1016/j.physbeh.2012.03.022>
- Smith, R., Kelly, B., & Yeatman, H. (2019). Food Marketing Influences Children ' s Attitudes , Critical Review. *Nutrients*, 11(4), 875.
- Sari, D. (2018). *Edukasi gizi keluarga di sekolah*. Alfabeta.
- Sari, E., & Nurjanah, S. (2020). *Pendidikan gizi dalam keluarga*. Andi Offset.
- Sartika, M. D., Rukiyah, R., Andika, W. D., & Sumarni, S. (2022). Literature review: Motivasi yang diberikan kepada anak dalam mengkonsumsi sayuran. *Jurnal Pendidikan Anak*, 11(1), 30-39. <http://dx.doi.org/10.21831/jpa.v11i1.45937>.
- Schlosser, E. (2002). *Fast food nation: The dark side of the all-American meal*. Houghton Mifflin.
- Setiadi, E. S. (2021). Penerapan pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat di SDN 1 Sucopangepok dan SDN 2 Sucopangepok. *Jurnal Ilmiah Wawasan Kuliah Kerja Nyata*, 2(2), 45-49.
- Setiawan, E. (2017). *Edukasi kebersihan di sekolah*. EGC.

- Sugiyono. (2014). *Metode penelitian kualitatif, kuantitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- United Nations Inter-agency Group for Child Mortality Estimation (UN IGME). (2018). *Levels & trends in child mortality: Estimates: Report 2018*. United Nations Children's Fund, 1-48.
- WHO. (2019). *Obesity and Overweight Fact Sheet*. Retrieved. *Obesity and Overweight Fact Sheet*. Retrieved. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>.
- Widyastuti, R., & Rachmawati, T. W. (n.d.). Hubungan konsumsi fast food dengan status gizi anak usia sekolah di wilayah urban. *Jurnal Gizi Indonesia*, 5(1), 10–17.