

ABSTRAK

“Penerapan Pola Hidup Bersih dan Sehat Bagi Anak Usia Dini, Usia 4- 6 Tahun Melalui Gizi Seimbang Di Paud Do Re Mi Jatinegara”

(Penelitian Menggunakan Metode Deskriptif Di PAUD Do Re Mi Jatinegara)

Oleh

Niken Juniarti

4012221069

Permasalahan yang diteliti adalah pemahaman orang tua terhadap pola hidup bersih dan sehat bagi anak usia dini melalui Gizi Seimbang di PAUD Do Re Mi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana hasil dari penerapan pola hidup bersih dan sehat bagi anak usia dini melalui Gizi Seimbang. Jenis penelitian ini adalah penelitian lapangan (*field research*), dengan pendekatan kualitatif menggunakan metode deskriptif. Sedangkan teknik pengumpulan datanya penulis menggunakan metode observasi, wawancara dan dokumentasi teknik keabsahan data dalam penelitian ini penulis menggunakan triangulasi dengan sumber. Teknik data dalam penelitian ini menggunakan model *Miles Huberman*. Dari hasil penelitian dan analisis data dapat disimpulkan penerapan pola hidup bersih dan sehat berfokus pada Gizi Seimbang yang mencakup kegiatan penerapan pola hidup bersih dan sehat melalui gizi seimbang penerapan ini merupakan suatu proses pembiasaan yang di lakukan di rumah maupun di sekolah. Kegiatan ini dilakukan setiap 5 hari dalam seminggu yaitu pada hari Senin sampai dengan Jum'at yang dilaksanakan di dalam kelas dan dilakukan secara terencana dan sistematis menggunakan observasi. Anak-anak murid juga sangat menyukai dengan adanya penerapan pola hidup bersih dan sehat melalui gizi seimbang yang dilakukan makan Bersama setiap hari rabu seminggu sekali sehingga dapat mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak secara optimal.

Kata Kunci: Penerapan Pola Hidup Bersih dan Sehat, Melalui Gizi Seimbang

ABSTRACT

"Implementing a Clean and Healthy Lifestyle for Early Age Children 4-6 Years through Balanche Nutrition in Do Re Mi Early Childhood Education.Cipinang Muara Jatinegara"

(Penelitian Menggunakan Metode Dekskriptif Di PAUD Do Re Mi Jatinegara)

**Oleh
Niken Juniarti
4012221069**

The Problem studied is understanding of a Clean and Healthy Lifestyle for young children through balanced nutrition at Do Re Mi Preschool.This research aims to find out the results of implementing a clean and healthy lifestyle for young children through balanced nutrition.

This type of research is field research with a qualitative approach using descriptive menthods.

Meanwhile, the author used the observation method for data collection techniques. Interviews and documentation, data validity techniques in this research, the author used triangulation with direct parent sources. The data technique in this research uses the Miles Hubermen Model.From the results of research and data analisis, it can be concluded that the implementation of a Clean and Healthy Lifestyle focused on Balanced Nutrition which includes activities to implement a Clean and Healthy Lifestyle through Balanced Nutrition.This application is a habituation process carried out at home and at school.

This activity is carried out every five days a week, namely Monday to Friday, carried out in class and carried out in a planned and systematic manner using observation. The Students also really like the implementation of a Clean and Healthy Lifestyle through Balanced Nutrition which involves eating together every Wednesday once a week so that it can support children's growth and development optimally.

Keywords: Implementation of a Clean and Healthy Lifestyle Through Balanced Nutrition