



Volume 12 x Nomor 5 x Tahun 2023 Halaman 1315-1322

ISSN: 2715-2723, DOI: 10.26418/jppk.v12i5.64822

<https://jurnal.untan.ac.id/index.php/jpdpb>

PERAN GURU DALAM PEMBIASAAN POLA HIDUP SEHAT ANAK USIA 5-6 TAHUN DI ABC123 KOTA PONTIANAK

Anggari Ludmilla Harnum, Aunurrahman, Desni Yuniarni

Pendidikan Anak Usia Dini, FKIP, Universitas Tanjungpura

Article Info

Article history:

Received: 6 December 2022

Revised: 13 January 2023

Accepted: 8 May 2023

Keywords:

Teacher's Role, Healthy Lifestyles

ABSTRACT

This study aims to determine the role of teachers in habituating healthy lifestyles of children aged 5-6 years in abc123 Pontianak. The research method used is descriptive with a form of qualitative research. The data source of this study are 2 teachers and childrens aged 5-6 years K2 class abc123. Research techniques using observation techniques with observation guides, interview techniques with interview guides and documentation techniques with documentaries. Analysis of research data is data reduction, data presentation, and drawing conclusions/verification. From the results of the study it was generally concluded that the teacher had played an active role, both as an inspirator, motivator, facilitator, and evaluator in the habit of living a healthy lifestyle. Specifically summarized as follows: As an inspirator the teacher gives instructions and role models, as a motivator the teacher motivates, supports and encourages the child, as a facilitator the teacher facilitates and provides various facilities, and as an evaluator the teacher observes, collects information and evaluates the process and results child learning. The advice given is so that the teacher can apply consistently and thoroughly for all childrens in the habit of living a healthy lifestyle.

Copyright © 2022 Anggari Ludmilla Harnum, Aunurrahman, Desni Yuniarni.

Corresponding Author:

Anggari Ludmilla Harnum

Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini FKIP Untan Pontianak

Email: anggariludmilla85@gmail.com

PENDAHULUAN

Guru memiliki peranan yang penting dalam membantu pertumbuhan dan perkembangan anak khususnya pada pembelajaran di sekolah. Mengutip pendapat Catron dan Allen (dalam Sujiono 2009:13) yaitu, "Peran guru anak usia dini lebih sebagai mentor atau fasilitator, dan bukan pentransfer ilmu pengetahuan semata karena ilmu tidak dapat di transfer dari guru kepada anak tanpa keaktifan anak itu sendiri."

Menurut Sujiono (2009:10) menyatakan bahwa, “Guru diidentifikasi sebagai orang yang memiliki kharisma atau wibawa hingga perlu untuk di tiru dan di teladani, orang dewasa yang secara sadar bertanggung jawab dalam mendidik, mengajar dan membimbing anak, orang yang memiliki kemampuan merancang program pembelajaran serta mampu menata dan mengelola kelas serta merupakan sesuatu jabatan atau profesi yang memerlukan keahlian khusus.”

Jadi dapat disimpulkan bahwa guru adalah seorang figur sentral dalam dunia pendidikan, khususnya saat proses interaksi belajar mengajar yang dapat menjadi teladan serta memberikan pondasi awal pada anak usia dini mengenai berbagai pembiasaan dan pengalaman belajar. Membiasakan pola atau cara hidup sehat untuk anak usia dini sangat penting, agar anak mengetahui bahkan mengerti betapa pentingnya kesehatan, sehingga anak dapat menerapkannya sebagai kebiasaan baik selama hidupnya.

Dengan tubuh yang sehat maka anak dapat melakukan berbagai aktivitas belajar maupun bermain dengan baik dan lancar serta membantu proses pertumbuhan dan perkembangan anak berjalan secara optimal. Dalam pembelajaran di sekolah, peran guru sangat penting untuk menerapkan serta membiasakan pola hidup sehat melalui pembiasaan diri seperti mencuci tangan sebelum dan sesudah makan, membuang sampah pada tempatnya dan yang lainnya.

Karena pentingnya perilaku sehat maka perlu untuk dapat diterapkan dan menjadi kebiasaan dalam kehidupan sehari-hari. Oleh sebab itulah maka di kenal istilah pola hidup sehat atau gaya hidup sehat. Beberapa faktor yang mempengaruhi pola hidup sehat pada anak usia dini yang dilakukan di sekolah yaitu dengan menjaga pola kebersihan diri seperti kebersihan kulit, kebersihan hidung, kebersihan telinga, kebersihan gigi, kebersihan tangan dan kuku, kebersihan rambut, dan kebersihan kaki.

Selanjutnya yaitu pola makanan dan minuman sehat dengan gizi seimbang yang dibutuhkan untuk tumbuh dan kembang anak. Pemenuhan komposisi makanan bergizi menunjang tercapainya kondisi tubuh yang sehat. Kemudian terdapat pola gerak badan dan olahraga yang mencakup aktivitas gerak dengan menggunakan otot-otot sadar yang bermanfaat untuk perkembangan motorik anak serta membantu syaraf dan keseimbangan tubuh anak juga berkembang dengan lebih optimal.

Melalui Pendidikan Anak Usia Dini, anak dikenalkan dan dijelaskan tentang bagaimana cara untuk hidup sehat yaitu dengan menjaga kebugaran tubuh dengan melakukan aktivitas berolahraga seperti senam pagi setiap hari. Dengan demikian, anak bukan hanya mengenal tapi mengetahui banyak hal tentang berbagai cara yang dapat ia lakukan untuk hidup sehat.

Menurut (Soenarjo R.J, 2002), mengemukakan bahwa, “Pola hidup sehat yaitu segala upaya untuk menerapkan kebiasaan yang baik dalam menciptakan hidup yang sehat dan menghindari kebiasaan buruk yang dapat mengganggu kesehatan.” Pola hidup sehat dapat disebut juga suatu kebiasaan yang baik tentang memelihara kesehatan, dimana kebiasaan tersebut sudah berjalan dalam waktu yang cukup lama, sehingga seolah-olah telah menjadi kebiasaan yang tidak terpisahkan dari orang tersebut.

Oleh sebab itu, pola atau kebiasaan hidup sehat harus ditanamkan sejak dini. Guru memegang peranan yang sangat strategis terutama dalam membentuk watak bangsa serta mengembangkan potensi peserta didik melalui pengembangan kepribadian dan nilai-nilai karakter. Menurut Aris (2014:15) menyatakan bahwa, “Salah satu peranan guru adalah sebagai seseorang yang profesional. Jabatan sebagai profesional menuntut peningkatan kecakapan dan mutu keguruan secara kesinambungan.

Guru yang profesional yaitu guru yang mengetahui secara mendalam tentang apa yang diajarkannya, cakap dalam cara mengajarkannya secara efektif dan efisien dan guru tersebut mempunyai kepribadian yang baik. Selain itu integritas diri serta kecakapan keguruannya juga perlu ditumbuhkan serta dikembangkan.”

Seperti yang disampaikan oleh Djamereng (2018) yaitu, “*A competent teacher knows how to manage his classes including teaching strategies, materials, class management, assesment and evaluation, etc.*” Jadi, seorang guru yang kompeten harus mempersiapkan segala sesuatu yang diperlukan untuk mendukung keberhasilan dalam proses belajar mengajar serta dapat memberikan petunjuk bagaimana cara belajar yang baik agar anak dapat mengikuti pembelajaran yang guru berikan.

Guru sebagai inspirator dalam pembiasaan pola hidup sehat perlu menunjukkan perilaku hidup sehat dirinya jadi bukan hanya memberikan materi pembelajaran tetapi juga memberikan inspirasi bagi para peserta didiknya khususnya dalam menumbuhkan kebiasaan pola hidup sehat dengan berbagai cara yang menarik agar anak dapat turut serta dalam penerapannya.

Selanjutnya sebagai motivator, guru hendaknya dapat mendorong anak didik agar bergairah dan aktif belajar. Guru memotivasi belajar penting artinya dalam proses belajar siswa, karena berfungsi mendorong, menggerakkan dan mengarahkan kegiatan belajar. Motivasi dapat diartikan sebagai daya

pendorong atau penarik yang menyebabkan adanya tingkah laku ke arah tujuan tertentu. Dikarenakan dalam proses pembelajaran, motivasi merupakan salah satu aspek dinamis yang sangat penting.

Sebagai fasilitator, guru hendaknya dapat menyediakan fasilitas yang memungkinkan kemudahan kegiatan belajar anak didik. Adalah tugas guru untuk menyediakan fasilitas untuk berbagai kegiatan, lingkungan yang fleksibel dan berbagai sumber belajar untuk kemudahan dalam proses pembelajaran agar tercipta lingkungan belajar yang menyenangkan bagi anak didik.

Guru sebagai evaluator, diuntut untuk menjadi seorang evaluator yang baik dan jujur, dengan memberikan penilaian yang menyentuh aspek ekstrinsik dan intrinsik. Guru tidak hanya menilai hasil, tetapi juga mengamati proses dari pembelajaran. Dengan evaluasi guru dapat menentukan apakah peserta didik yang diajarkan memiliki kompetensi yang telah ditetapkan sehingga dapat di beri pembelajaran selanjutnya.

Berdasarkan pengamatan yang telah dilakukan peneliti, dalam pembelajaran guru kurang menjelaskan pada anak tentang makanan sehat dan bergizi serta apa saja manfaatnya sehingga terdapat sebagian besar anak yang belum mengerti mana makanan yang baik untuk di konsumsi dan mana yang tidak.

Selanjutnya, upaya menjaga kesehatan lainnya yaitu senam di pagi hari juga belum dilakukan secara konsisten atau teratur sehingga terdapat beberapa anak yang tidak mau mengikuti senam bersama dan hal tersebut membuat anak malas untuk berolahraga. Ada pula beberapa anak yang setiap hari membawa bekal berupa *snack*, mie instan, permen, *soft drink* dan makanan ataupun minuman yang tidak baik untuk di konsumsi.

Bahkan anak-anak juga kurang mengerti tentang menjaga kebersihan, seperti masih terdapat beberapa anak yang membuang sampah tidak pada tempatnya serta kuku tangan yang panjang. Setiap hari jumat, guru selalu menyediakan makanan dan minuman sehat untuk anak seperti buah-buahan, roti, susu, puding dan yang lainnya.

Namun dalam pembelajaran, guru kurang menjelaskan pada anak apa saja manfaat mengkonsumsi makanan sehat maupun upaya apa saja yang perlu dilakukan dalam pemeliharaan hidup sehat. Seharusnya guru dapat lebih memperhatikan kesehatan anak dan memberikan pembelajaran tentang pembiasaan hidup sehat dengan materi yang menarik secara terus menerus pada anak agar anak dapat menerapkannya dalam kehidupannya sehari-hari.

Berdasarkan uraian di atas maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang Peran Guru dalam Pembiasaan Pola Hidup Sehat pada Anak Usia 5-6 Tahun di abc123 *Early Preschool Time* Kota Pontianak. Pentingnya penelitian ini mengingat bahwa guru adalah teladan, bukan hanya sebagai pengajar tetapi juga sebagai pendidik dan pembimbing yang banyak berperan memberi contoh, membiasakan anak usia dini tentang pola hidup sehat selama mengikuti pembelajaran di kelas.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif, sebagaimana yang disimpulkan oleh Mahmud (2011:100) mendefinisikan bahwa, "Penelitian deskriptif adalah suatu penelitian yang diupayakan untuk mencandra atau mengamati permasalahan secara sistematis dan akurat mengenai fakta dan sifat objek tertentu."

Bentuk penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu bentuk penelitian kualitatif. Sukmadinata (2011:60) mendefinisikan "Penelitian kualitatif (*Qualitative research*) adalah suatu penelitian yang ditujukan untuk mendeskripsikan dan menganalisis fenomena, peristiwa, aktivitas sosial, sikap, kepercayaan, persepsi, pemikiran orang secara individual maupun kelompok."

Lokasi penelitian ini dilakukan di abc123 *Early Preschool Time* Kota Pontianak Jalan Ahmad Yani, Komplek Ruko Ayani Megamal Blok D B12-15 Kota Pontianak. Subyek dalam penelitian ini adalah 12 anak dan 2 orang guru di kelas K2 abc123 *Early Preschool Time* Kota Pontianak. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini yaitu teknik observasi dengan panduan observasi, teknik wawancara dengan panduan wawancara dan teknik dokumentasi dengan dokumenter.

Wawancara dilakukan dengan 2 orang guru kelas dengan menanyakan beberapa pertanyaan terkait pembiasaan pola hidup sehat pada anak dan hasil dari wawancara tersebut dikumpulkan. Kemudian selanjutnya dilakukan dokumentasi melalui foto kegiatan dan juga peneliti mengarsipkan hasil observasi yang telah dilakukan.

Selanjutnya, analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis data kualitatif, mengikuti konsep Miles dan Huberman (dalam Sugiyono, 2017:244) yaitu di mulai dengan *data*

reduction (reduksi data), *data display* (penyajian data), *conclusion drawing/verification* (penarikan kesimpulan/verifikasi).

Sebagaimana menurut Sugiyono (2017:243) menyatakan bahwa, “Dalam penelitian kualitatif, data di peroleh dari berbagai sumber, dengan menggunakan teknik pengumpulan data yang bermacam-macam (triangulasi) dan dilakukan secara terus menerus sampai datanya jenuh.” Analisis reduksi data atau *data reduction* dilakukan pemeriksaan kembali data-data yang sudah terkumpul baik dari hasil observasi, wawancara maupun dokumentasi.

Analisis penyajian data atau *data display* paling sering digunakan untuk menyajikan data dalam penelitian kualitatif adalah dengan teks yang bersifat naratif. Selanjutnya penarikan kesimpulan/verifikasi atau *conclusion drawing/verification* dilakukan dengan menyajikan data untuk tahap selanjutnya di cek kembali (verifikasi) sebelum di tarik kesimpulan akhir atau pengambilan keputusan tentang hal yang di bahas.

Dalam penelitian ini, pengujian keabsahan data menggunakan teknik triangulasi. Menurut Sugiyono (2017:273) menyatakan bahwa, “Triangulasi diartikan sebagai pengecekan data dari berbagai sumber dengan berbagai cara, dan berbagai waktu.” Triangulasi sumber yaitu untuk menguji kredibilitas data dilakukan dengan cara mengecek data yang telah di peroleh melalui beberapa sumber.

Triangulasi teknik yaitu untuk menguji kredibilitas data dilakukan dengan mengecek data kepada sumber yang sama dengan teknik yang berbeda. Dalam triangulasi waktu sering mempengaruhi kredibilitas data. Data yang dikumpulkan dengan teknik wawancara di pagi hari pada saat narasumber masih segar, belum banyak masalah, akan memberi data yang lebih valid sehingga lebih kredibel.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil

Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan, maka di peroleh hasil penelitian yang menunjukkan bahwa peran guru dalam pembiasaan pola hidup sehat telah berperan aktif, baik sebagai inspirator, motivator, fasilitator, dan evaluator dalam kegiatan pola kebersihan diri, pola makanan dan minuman sehat, serta pola gerak badan atau olahraga.

Tabel 1. Hasil Observasi Mengenai Peran Guru Sebagai Inspirator Dalam Pembiasaan Pola Hidup Sehat

No.	Hasil Penelitian
1.	Guru memberikan stimulus pada anak dengan kegiatan-kegiatan yang berkaitan dengan hidup sehat.
2.	Guru memberikan inspirasi bagi anak untuk turut serta dalam menerapkan kebiasaan hidup sehat.
3.	Guru mengajak anak untuk merapikan kelas bersama-sama dengan cara mengemaskan kursi pada tempat semula setelah selesai digunakan.
4.	Guru mengajak anak mengemaskan pensil, penghapus, maupun mainan diletakkan kembali pada tempatnya setelah selesai menulis maupun ketika selesai bermain.
5.	Setelah selesai makan bersama, guru akan langsung membersihkan lantai dan anak di minta untuk membersihkan tempat bekal makan, mencuci tangan dan mulutnya serta membuang sampah di tong sampah yang telah disediakan.
6.	Guru mengajak anak berpikir dan mencari tahu bersama-sama mengenai kebiasaan hidup sehat yang dapat dilakukan tentang apa saja hal-hal sederhana yang anak dapat lakukan sendiri dalam menjaga kesehatannya.
7.	Guru bersama dengan anak berdiskusi mengenai apa saja manfaat dari buah-buahan dan sayuran serta mengajak anak untuk suka makan buah dan sayur.
8.	Guru selalu memeriksa kuku tangan anak, namun sebelumnya guru memastikan terlebih dahulu bahwa kuku tangannya telah bersih dan terpotong rapi.

Tabel 2. Hasil Observasi Mengenai Peran Guru Sebagai Motivator Dalam Pembiasaan Pola Hidup Sehat

No.	Hasil Penelitian
1.	Guru memberi motivasi dengan menyapa anak dan mengucapkan salam.

2.	Guru meminta anak untuk melepas dan menyimpan sepatu di tempat yang telah disediakan.
3.	Guru memberikan semangat pada anak untuk memulai kegiatan belajar melalui kegiatan bernyanyi bersama.
4.	Guru akan menanyakan kabar, hari, tanggal, tahun pada anak dan anak bisa menjawabnya guru akan memberi pujian
5.	Guru memotivasi anak untuk menyukai makan sayur-sayuran dan makanan bergizi lainnya seperti ikan, telur, tempe dan lain sebagainya.
6.	Guru memotivasi anak, memberikan pengertian pada anak yang belum mengerti, memberi contoh terlebih dahulu pada anak yang kesulitan melakukan kegiatannya sendiri, dan memberi kesempatan pada anak untuk mencoba.
7.	Guru memberikan anak yaitu dengan cara memberi semangat, pujian maupun tindakan.
8.	Ketika makan bersama, guru mendorong anak untuk memakan bekal makanan masing-masing hingga habis.

Tabel 3. Hasil Observasi Mengenai Peran Guru Sebagai Fasilitator Dalam Pembiasaan Pola Hidup Sehat

No.	Hasil Penelitian
1.	Guru menyapa anak, bersalaman dan sebelum masuk ke kelas masing-masing, anak terlebih dahulu akan <i>wash hand</i> atau cuci tangan menggunakan cairan pembersih tangan <i>hand sanitizer</i> .
2.	Sebelum masuk ke kelas, guru akan mengajak anak untuk berbaris dan melakukan gerak dan lagu agar selain dapat menambah semangat, juga dapat melatih fisik motorik anak.
3.	Guru memberikan berbagai media yaitu berupa buku cerita, lagu maupun video yang berkaitan dengan apa saja dan bagaimana cara pembiasaan hidup sehat yang dapat anak lakukan dalam kehidupannya sehari-hari
4.	Guru juga menyampaikan betapa pentingnya menjaga kesehatan dan apa saja akibat dari hidup sehat melalui buku cerita bergambar
5.	Guru sebagai fasilitator menyediakan air dan sabun yang diperlukan serta akan mencontohkan pada anak bagaimana cara mencuci tangan dengan benar
6.	Guru juga memperhatikan kebersihan anak yaitu anak menggunakan celemek pada saat makan.

Tabel 4. Hasil Observasi Mengenai Peran Guru Sebagai Evaluator Dalam Pembiasaan Pola Hidup Sehat

No.	Hasil Penelitian
1.	Guru mengumpulkan data atau informasi dari masing-masing anak tentang keberhasilan pembelajaran yang telah dilakukan dan guru berperan sebagai penilai.
2.	Guru mengumpulkan lembar kerja anak tersebut dan melakukan penilaian atas hasil kerja masing-masing anak.
3.	Guru mengamati tumbuh kembang anak dengan cara mengukur tinggi badan dan menimbang berat badan anak setiap bulan.

Pembahasan

Peran guru sebagai inspirator dalam pembiasaan pola hidup sehat pada anak usia 5-6 tahun yaitu dalam pembelajaran guru dapat menunjukkan contoh langsung pada anak sehingga menarik minat anak untuk mau mengikuti contoh yang dilakukan. Guru juga memberikan petunjuk dalam pembiasaan pola hidup sehat yang dapat anak lakukan sehari-hari.

Dalam pembiasaan pola hidup sehat, menunjukkan cara mencuci tangan yang baik dan benar sebelum anak dan sesudah makan, juga memberikan anak contoh untuk membuang sampah pada tempatnya yaitu di tong sampah. Guru juga menunjukkan contoh langsung dirinya dengan minum air

putih secukupnya, mengajak dan meminta anak untuk makan makanan sehat dan bergizi. Sebelum masuk kelas, anak akan berbaris sambil melakukan gerak dan lagu terlebih dahulu.

Seperti yang di sampaikan oleh Djamarah (2010:35) menyatakan bahwa, “Guru harus dapat memberikan petunjuk (ilham) bagaimana cara belajar yang baik. Petunjuk itu tidak mesti harus bertolak dari sejumlah teori-teori belajar, dari pengalaman pun bisa dijadikan petunjuk bagaimana cara belajar yang baik.”, guru harus menjadi contoh yang baik untuk murid-muridnya.

Selanjutnya, Rusdiana (2015:66) berpendapat bahwa, “Adapun guru inspiratif tidak hanya terpaku pada kurikulum, tetapi juga memiliki orientasi lebih yang lebih luas dalam mengembangkan potensi dan kemampuan para siswanya.” Jadi, guru juga dapat memberikan inspirasi dalam kehidupannya sehari-hari dalam upaya penerapan pembiasaan pola hidup sehat pada anak.

Peran guru sebagai motivator dalam pembiasaan pola hidup sehat pada anak usia 5-6 tahun yaitu guru dapat memberi dorongan dan semangat pada anak dan juga dapat memberikan penguatan terhadap perilaku-perilaku positif anak, sehingga anak menjadikan perilaku tersebut sebagai kebiasaan yang dilakukannya sehari-hari khususnya terkait dengan pembiasaan pola hidup sehat.

Contohnya seperti guru menyemangati anak untuk dapat mencuci tangannya sendiri dan guru akan memberi pujian pada anak yang berinisiatif untuk langsung memungut dan membuang sampah sendiri. Guru juga akan mengacungkan jempol pada anak yang menghabiskan bekal makanannya dan tidak pilih-pilih makan untuk makan sayur.

Menurut Siti Aisyah, dkk (2008:338) menyatakan bahwa, “Guru hendaknya dapat mendorong anak didik agar lebih bersemangat dan aktif dalam belajar. Motivasi akan lebih efektif bila dilakukan dengan memperhatikan kebutuhan anak.” Guru berperan dalam mendukung anak melalui motivasi yang sesuai dengan kebutuhan masing-masing anak.

Peran guru sebagai fasilitator dalam pembiasaan pola hidup sehat pada anak usia 5-6 tahun yaitu guru dapat melaksanakan peranannya sebagai fasilitator dalam pembiasaan pola hidup sehat yaitu dengan membuat media pembelajaran, memilih sarana kegiatan, sumber belajar dan berbagai fasilitas untuk menunjang pembiasaan pola hidup sehat pada anak.

Fasilitas yang guru berikan berupa menyediakan berbagai kemudahan bagi anak dalam penerapan membiasakan pola hidup sehat seperti menyediakan air dan sabun untuk anak cuci tangan, menyediakan tong sampah di samping kelas, memberi anak celemek ketika makan agar pakaiannya tetap bersih, memberi fasilitas media visual maupun audio visual agar anak dapat belajar melalui media yang menyenangkan dan lain-lain.

Sudirman (2011: 146) yang menyatakan bahwa, “Peran guru sebagai fasilitator penting artinya guru wajib memberikan fasilitas atau kemudahan dalam proses belajar mengajar misalnya dengan menciptakan suasana kegiatan pembelajaran yang kondusif, serasi dengan perkembangan siswa sehingga interaksi belajar mengajar berlangsung efektif dan optimal.”

Selanjutnya mengenai peran guru sebagai evaluator dalam pembiasaan pola hidup sehat pada anak usia 5-6 tahun yaitu guru melakukan penilaian terhadap proses kegiatan belajar dan hasil dari kegiatan yang telah dilakukan. Penilaian yang dilakukan oleh guru yaitu melalui pengamatan terhadap cara belajar anak dan bertujuan untuk mengetahui sejauh mana perkembangan yang dicapai oleh anak.

Guru mengumpulkan data atau informasi masing anak seperti data tinggi dan berat badan untuk dapat menilai perkembangan setiap anak sudah sejauh mana. Guru juga mengamati proses belajar setiap anak dan memberi penilaian melalui laporan belajar anak, serta mengevaluasi anak-anak setiap keberhasilan anak didiknya.

Menurut pendapat Sudirman (2011:146) yang mengemukakan bahwa, “Peran guru sebagai evaluator dapat diartikan sebagai guru memiliki tugas untuk menilai dan mengamati perkembangan prestasi belajar peserta didik.” Artinya, guru memberi penilaian berdasarkan pencapaian dari masing-masing anak karena semua anak memiliki pencapaian yang berbeda-beda.

Sejalan dengan pendapat tersebut, menurut E. Mulyasa (2013: 61) berpendapat bahwa, “Peran guru sebagai evaluator yakni guru menilai hasil pembelajaran yang telah dilakukan. Selain menilai hasil belajar peserta didik, guru juga harus menilai dirinya sendiri, baik sebagai perencana, pelaksana, maupun penilai program pembelajaran.”

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan penelitian yang telah peneliti lakukan mengenai peranan

guru dalam pembiasaan pola hidup sehat pada anak usia 5-6 tahun di abc123 *Early Preschool Time* Kota Pontianak, maka dapat disimpulkan secara umum bahwa guru telah berperan aktif baik sebagai inspirator, guru menjadi panutan dan inspirasi dalam menunjukkan penerapan kebiasaan pola hidup sehat dengan menunjukkan contoh langsung, meminta anak untuk ikut berperan aktif melakukannya.

Guru mengajak anak berpikir dan mencari tahu bersama-sama, berdiskusi dan membicarakan berbagai hal yang berkaitan dengan kebiasaan hidup sehat yang dapat anak lakukan secara sendiri dalam kehidupannya sehari-hari. Sebagai motivator, guru memberikan motivasi pada anak untuk membangkitkan minat dan semangatnya agar mau mengikuti setiap kegiatan maupun arahan yang diberikan.

Bentuk motivasi yang diberikan yaitu dengan cara memberi semangat, pujian maupun tindakan, seperti tepuk tangan atau acungan jempol. Guru juga memberi dorongan dan penguatan terhadap perilaku-perilaku positif anak, sehingga anak menjadikan perilaku tersebut sebagai kebiasaan yang dilakukannya sehari-hari khususnya terkait dengan pembiasaan pola hidup sehat.

Sebagai fasilitator, guru memfasilitasi anak dengan berbagai kegiatan, media, lingkungan, dan menyediakan berbagai sumber belajar yang diperlukan untuk menunjang pembiasaan pola hidup sehat pada anak dan mengembangkan pembelajaran aktif bagi anak dan fasilitas belajar dengan berbagai media yang menarik.

Sebagai evaluator, guru mengumpulkan data atau informasi dari masing-masing anak tentang keberhasilan pembelajaran yang telah dilakukan dan guru berperan sebagai penilai pencapaian masing-masing anak dalam berbagai kegiatan pola kebersihan diri, pola makanan dan minuman sehat, serta pola gerak badan atau olahraga.

Adapun penilaian yang dilakukan oleh guru yaitu melalui pengamatan terhadap cara belajar masing-masing anak dan bertujuan untuk mengetahui sejauh mana perkembangan yang di capai oleh anak. Guru membuat laporan penilaian, rancangan kegiatan dan program dalam pembiasaan pola hidup sehat pada anak.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang telah peneliti uraikan, guru sebagai inspirator hendaknya dapat menemukan dan menciptakan hal-hal baru dari kegiatan pembelajaran yang ada guna kemajuan anak didik, seperti menciptakan atau mengembangkan berbagai media, alat maupun metode-metode pembelajaran.

Guru sebagai motivator, hendaknya dapat memberikan motivasi dan pujian pada semua anak tanpa terkecuali sehingga semua anak dapat termotivasi dan lebih bersemangat. Guru sebagai fasilitator, sebaiknya guru bukan hanya menyediakan berbagai sarana dan fasilitas belajar untuk anak tapi juga dapat memanfaatkan atau menggunakan media belajar yang menarik dan kreatif dalam memberikan kegiatan pembelajaran sehingga anak mendapatkan pembelajaran yang lebih bervariasi.

Sebagai evaluator, guru selain melakukan penilaian dan melakukan evaluasi pada anak didiknya hendaknya guru juga dapat menilai dan mengevaluasi dirinya sendiri sebagai pendidik dan perencana program pembelajaran dan dapat membuat kegiatan yang lebih bervariasi, inovatif, dan menyenangkan untuk anak sehingga anak tidak mudah merasa bosan.

DAFTAR PUSTAKA

- Aisyah, Siti, dkk. (2008). *Perkembangan dan Konsep Dasar Pengembangan Anak Usia Dini*. Universitas Terbuka.
- Aris, Shoimin. (2014). *Guru Berkarakter untuk Implementasi Pendidikan Karakter*. Penerbit Gava Media.
- Asmani, Jamal Ma'mur. (2011). *Buku Panduan Internalisasi Pendidikan Karakter di Sekolah*. Universitas Terbuka.
- Asmani, Jamal Ma'amur. (2013). *Tips Menjadi Guru Inspiratif, Kreatif, dan Inovatif*. Diva Press.
- Bachrens, Inge Tumiwa. (2018). *Panduan Mendidik Anak Makan Sehat Hidup Sehat*. Kawan Pustaka.

- Barnawi & Mohammad Arifin. (2012). *Etika dan Profesi Kependidikan*. AR-Ruzz Media.
- Departemen Pendidikan Nasional. (2005). *Undang-Undang Nomor 14 Tahun 2005, Tentang Guru dan Dosen*. Depdiknas.
- Departemen Pendidikan Nasional. (2009). *Peraturan Menteri Pendidikan Nasional 58 Tahun 2009*. Depdiknas.
- Djamarah, Syaiful Bahri. (2010). *Guru dan Anak Didik dalam Interaksi Edukatif*. Rineka Cipta.
- Hasnida. (2014). *Analisis Kebutuhan Anak Usia Dini*. PT Luxima Metro Media.
- Irianto, Koes. (2014). *Ilmu Kesehatan Anak (Pediatri)*. Alfabeta.
- Lickona, Thomas. (2012). *Character Matters (Persoalan Karakter) Bagaimana Membantu Anak Mengembangkan Penilaian yang Baik, Integritas, dan Kebajikan Penting Lainnya*. PT Bumi Aksara.
- Loughrey, Anita. (2009). *Healthy Schools, Healthy Lives: A Teacher's Guide to Tackling Childhood Obesity*. Hopscotch.
- Mahmud. (2011). *Metode Penelitian Pendidikan*. CV Pustaka Setia.
- Masnipal. (2018). *Menjadi Guru PAUD Profesional*. PT Remaja Rosdakarya.
- Miller, Bruce. (2010). *Raising Disease Free Kids. Inculcate Healthy Eating Habits and Lifestyle to Fight Diet-Related Diseases*. Oak Publication SDN BHD.