

# PROSIDING

Loka Karya Pendidikan Islam Anak Usia Dini IAIN Ponorogo  
"Gizi untuk Anak Usia Dini" Tahun 2023

## Implementasi Perilaku Hidup Sehat Bagi Anak Usia Dini

Nurin Nur Aini<sup>1✉</sup>, Ratna Nila Puspitasari<sup>2</sup>, Subhan<sup>3</sup>, Nurasyia S. Usman<sup>4</sup>, Nuha Maulida Zakiya<sup>5</sup>

[nurin.nur.aini12@gmail.com](mailto:nurin.nur.aini12@gmail.com)<sup>1</sup>, [ratnanila@iainponorogo.ac.id](mailto:ratnanila@iainponorogo.ac.id)<sup>2</sup>, [Subhan@iainpalopo.ac.id](mailto:Subhan@iainpalopo.ac.id)<sup>3</sup>,  
[inhangusman@gmail.com](mailto:inhangusman@gmail.com)<sup>4</sup>, [numaza2004@gmail.com](mailto:numaza2004@gmail.com)<sup>5</sup>

Pendidikan Islam Anak Usia Dini, Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan, IAIN  
Ponorogo<sup>1,2,4,5</sup>  
IAIN Palopo<sup>3</sup>

### Abstrak

Kesehatan merupakan salah satu faktor terpenting dalam pertumbuhan anak. Ketika kesehatan anak terganggu, maka akan berdampak pada sejumlah aspek perkembangannya dan berbagai aktivitas yang akan dilakukan. Tahap perkembangan otak pada anak usia dini merupakan tahapan yang paling pesat, yakni sekitar 80% perkembangan otak. Pemberian perilaku hidup sehat berupa stimulasi sosial dan mental yang baik kepada anak usia dini sangat penting. Dengan adanya penelitian ini berupaya mengungkapkan pentingnya Implementasi Perilaku Hidup Sehat Anak Usia Dini Di Era Sekarang Untuk Masa Yang Akan Datang. Penelitian ini menggunakan jenis pendekatan deskriptif kualitatif dengan metode library research atau studi kepustakaan. Penelitian kepustakaan ini dilakukan dengan menggunakan studi literatur. Dalam penelitian ini, peneliti tidak harus turun ke lapangan karena semua bahan penelitian dapat dihadirkan atau dikumpulkan di tempat peneliti yakni pada library atau perpustakaan. Dalam penelitian ini diperoleh bahwa Peran penerapan kesehatan dimasa sekarang untuk masa yang akan datang sangatlah penting. Dimana di masa yang akan datang akan ada banyak hal baru yang akan dicoba dan dihadapi. Jika dari usia dini belum dibekali dengan kesehatan yang cukup, maka bisa berdampak pada kualitas kehidupannya kelak.

**Kata Kunci:** *perilaku hidup; kesehatan; anak.*

### Abstract

Health is one of the most important factors in a child's growth. When a child's health is disturbed, it will have an impact on a number of aspects of his development and the various activities he will carry out. The stage of brain development in early childhood is the most rapid stage, namely around 80% of brain development. Providing healthy living behavior in the form of good social and mental stimulation to young children is very important. This research seeks to reveal the importance of implementing healthy living behavior in early childhood in the current era for the future. This research uses a qualitative descriptive approach with the library research method or library study. This literature research was carried out using literature study. In this research, researchers do not have to go to the field because all research materials can be presented or collected at the researcher's location, namely the library. In this research it was found that the role of implementing health in the present for the future is very important. Where in the future there will be many new things to try and face. If you are not provided with adequate health from an early age, it can have an impact on the quality of life in the future.

**Keywords:** *life behavior; health; child.*

# PROSIDING

Loka Karya Pendidikan Islam Anak Usia Dini IAIN Ponorogo  
“Gizi untuk Anak Usia Dini” Tahun 2023

## PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan salah satu faktor terpenting dalam pertumbuhan anak. Ketika kesehatan anak terganggu, maka akan berdampak pada sejumlah aspek perkembangannya dan berbagai aktivitas yang akan dilakukan. Hal terpenting yang harus dilakukan untuk menjaga kesehatan anak adalah dengan memperhatikan dengan baik nutrisi yang terkandung dalam makanan yang dikonsumsi. Prestasi anak di sekolah ditentukan oleh keadaan gizinya. Gizi yang buruk selama tahun-tahun dapat mempengaruhi kapasitas konsentrasi, ingatan, dan keterampilan lainnya dalam aspek pembentukan anak.

Salah satu elemen penting dalam upaya peningkatan Sumber Daya Manusia (SDM), termasuk pendidikan adalah kesehatan. Oleh karena itu, dalam Undang-Undang RI Nomor 9 Tahun 1960 dijelaskan tentang jaminan kesehatan di Indonesia dan Pasal 28H UUD 1945 sama-sama mencantumkan referensi di dalamnya. Setelah undang-undang tersebut disahkan, dapat dikatakan bahwa negara memastikan bahwa setiap orang, tak terkecuali anak usia dini juga berhak menerima layanan kesehatan yang menjadi hak mereka (Aulina, 2018). Mengacu pada Undang – Undang nomor 36 tahun 2009 tentang kesehatan, bahwa sehat didefinisikan sebagai suatu keadaan sehat baik secara fisik, mental, spiritual maupun sosial yang memungkinkan setiap orang untuk hidup produktif secara sosial dan ekonomis. Kesehatan fisik berarti kondisi dimana tubuh seseorang berada dalam keadaan sehat dan bugar. Lalu kesehatan mental berarti seseorang mampu untuk menjalin hubungan yang baik dengan orang-orang disekitar, dan kesehatan jiwa berarti merasa senang dan bahagia, Mampu menyesuaikan diri dengan kehidupan sehari-hari, hingga mampu menerima kelebihan dan kekurangan diri sendiri dan teman-teman di sekitarnya (Kementrian Kesehatan RI, 2021).

Pengembangan sumber daya manusia adalah suatu proses untuk meningkatkan jumlah dan kualitas sumber daya manusia, menurut Sadari & Wuradji. Kualitas sumber daya manusia dapat ditingkatkan melalui kegiatan keagamaan, peningkatan kesejahteraan karyawan, peningkatan kesempatan belajar, peningkatan kesehatan, peningkatan kondisi kehidupan, dan peningkatan perencanaan karir. (Silalahi & Sahara, 2022)

Menurut Kementerian Kesehatan, banyak anak usia dini yang mengalami gizi buruk. Ada tiga kategori yang digunakan Kementerian Kesehatan untuk mengklasifikasikannya. Yang pertama indeks gizi buruk berdasarkan berat badan per usia. Berdasarkan berat badan per usia yang dicapai, 17% penduduk Indonesia mengalami gizi buruk, melebihi standar WHO sebesar 10%. Pada kategori kedua, diukur dengan indeks tinggi badan per umur, prevalensi gizi buruk masih signifikan, yakni sebesar 27,5%. 20% adalah batas maksimum WHO. Angka gizi buruk mencapai 11% pada kelompok ketiga, sedangkan indeks berat badan per tinggi badan masih di atas batas WHO yaitu diatas 5% (CNN Indonesia, 2017).

Kondisi ekonomi dan lingkungan sekitar berpengaruh besar terhadap kondisi kesehatan anak. Kondisi ekonomi dan lingkungan sekitar juga merupakan faktor disebabkannya tingginya tingkat gizi buruk. Selain itu pendidikan orang tua yang rendah juga menyebabkan mereka tidak mengetahui pentingnya asupan makanan yang bergizi bagi pertumbuhan dan perkembangan anak, serta berpengaruhnya asupan gizi pada anak untuk masa depannya. Budaya hidup bersih yang minim juga berdampak pada kondisi rumah yang kurang mendukung aspek kesehatan. (Inten & Permatasari, 2019)

Menurut penelitian, hampir 40% pertumbuhan dan perkembangan terjadi dengan sangat cepat pada usia dini. Anak usia dini, atau tahun 0–6 sebelum masuk sekolah dasar, merupakan masa dimana perkembangan mental dan karakter dimulai. (Laela & Rohmah,

# PROSIDING

Loka Karya Pendidikan Islam Anak Usia Dini IAIN Ponorogo  
"Gizi untuk Anak Usia Dini" Tahun 2023

2022) Oleh karena itu, masa kanak-kanak disebut sebagai "*golden age*" karena dianggap sangat penting. Setiap orang mempunyai usia yang masih dini, namun setiap tahapan kehidupan manusia hanya terdapat satu kali fase emas selama hidupnya, maka kesempatan ini penting untuk dimanfaatkan sebaik-baiknya. Masa usia dini merupakan usia terbaik untuk merangsang perkembangan seseorang. Dari hal tersebut, dari usia dini para orang tua dan pendidik dapat melakukan berbagai upaya menuju perkembangan yang baik. Disisi lain perkembangan fisik dan mental juga dipengaruhi dari pola hidup anak.(Khaironi, 2018)

Tahap perkembangan otak pada anak usia dini merupakan tahapan yang paling pesat, yakni sekitar 80% perkembangan otak. Pemberian perilaku hidup sehat berupa stimulasi sosial dan mental yang baik kepada anak usia dini sangat penting. Dimana anak usia dini memiliki kemampuan memori yang kuat sehingga pendidikan kesehatan yang diberikan saat usia dini akan berpeluang besar menjadi suatu kebiasaan sehat di kehidupannya masa sekarang untuk masa yang akan datang. Perilaku hidup bersih dan sehat merupakan salah satu faktor pendukung terbentuknya kualitas kesehatan anak usia dini di masa sekarang untuk masa yang akan datang. Kebiasaan kesehatan, dapat dilakukan melalui program pendidikan kesehatan, gizi, dan olah raga pada anak usia dini.(Mardhiati, 2019)

Peran penerapan kesehatan dimasa sekarang untuk masa yang akan datang sangatlah penting. Dimana di masa yang akan datang akan ada banyak hal baru yang akan dicoba dan dihadapi. Jika dari usia dini belum dibekali dengan kesehatan yang cukup, maka bisa berdampak pada bagaimana dia bisa menghadapi berbagai tantangan dalam kehidupannya kelak. Maka penelitian ini dibuat dengan harapan di masa sekarang perilaku hidup sehat diterapkan oleh para orangtua yang memiliki anak usia dini, sehingga di masa yang akan datang anak akan siap dari segi kesehatannya dalam menjalankan kehidupannya.

## METODOLOGI

### Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis pendekatan deskriptif kualitatif dengan metode *library research* atau studi kepustakaan. *Library research* atau studi kepustakaan merupakan penelitian yang dilakukan secara sistematis yakni mencari, membaca, mengumpulkan, mengolah, mencatat, dan menyusun data guna mencari jawaban atas permasalahan yang dihadapi dalam penelitian kepustakaan(Wathoni et al., 2023) yakni implementasi perilaku hidup sehat anak usia dini di masa sekarang untuk masa yang akan datang. Penelitian kepustakaan atau *library research* mengumpulkan informasi dan data melalui berbagai macam material kepustakaan seperti jurnal, website terpercaya, buku, dokumen, skripsi, dan sebagainya.

### Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan sejak diberikannya tugas dari mata kuliah kesehatan dan gizi AUD pada Rabu, 30 Agustus 2023. Penelitian kepustakaan ini dilakukan dengan menggunakan studi literatur. Dalam penelitian ini, peneliti tidak harus turun ke lapangan karena semua bahan penelitian dapat dihadirkan atau dikumpulkan di tempat peneliti yakni pada *library* atau perpustakaan.

### Sasaran Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah semua anak usia dini yang memerlukan pendampingan serta perhatian kesehatan yang melibatkan peran orang tua dalam memantau

# PROSIDING

Loka Karya Pendidikan Islam Anak Usia Dini IAIN Ponorogo  
"Gizi untuk Anak Usia Dini" Tahun 2023

dan memberikan kualitas kesehatan yang baik di masa sekarang untuk masa yang akan datang.

## **Teknik Pengumpulan Data dan Pengembangan Instrumen**

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini berupa penelusuran mendalam terhadap materi yang dimuat dalam dokumen tertulis atau tercetak di media yang dikenal dengan istilah analisis isi (*content analysis*). Dalam hal ini peneliti menggunakan analisis isi dengan pendekatan konvensional, yakni pengkategorian petunjuk yang berasal dari data teks yang ada. (Arifin, 2020)

## **Teknik Analisis Data**

Pertama, peneliti merumuskan masalah yang akan dikaji. Kedua, peneliti mencari dan memilih sumber data yang relevan dengan penelitian. Ketiga, peneliti mengumpulkan semua data yang telah dicari dari berbagai sumber data. Keempat, peneliti mengolah data-data yang telah didapat dan mencatatnya. Kelima, peneliti menyusun data-data yang sudah didapat relevan dengan berbagai data sehingga menjadi satu kesatuan yang mudah dipahami. (Arifin, 2020)

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Perilaku Sehat**

Menurut Syahreni, Perilaku adalah setiap perbuatan yang dilakukan oleh seseorang baik secara langsung (dapat dilihat) maupun tidak langsung (tidak dapat dilihat). Sehat bukan sekadar bebas dari penyakit, namun mencakup kesehatan fisik, mental, dan sosial yang baik. Untuk menjaga dan meningkatkan kesehatan serta menurunkan risiko penyakit, perilaku sehat mengacu pada tindakan atau aktivitas yang dilakukan seseorang. (Astuti, 2016)

Perilaku kesehatan dapat diklasifikasikan menjadi 3 kelompok, yaitu:

1. Tindakan atau upaya seseorang untuk melindungi kesehatannya dalam rangka mencegah penyakit serta upayanya untuk sembuh dari penyakit merupakan contoh perilaku pemeliharaan kesehatan.
2. Perilaku yang melibatkan upaya atau tindakan seseorang ketika sedang tidak sehat atau terluka, seperti mencari dan menggunakan sistem atau fasilitas layanan kesehatan. Perilaku ini dapat berkisar dari pengobatan mandiri hingga menerima perawatan di luar negeri.
3. Perilaku kesehatan lingkungan, atau bagaimana seseorang menyikapi lingkungannya secara fisik, sosial budaya, dan lainnya agar tidak menimbulkan dampak negatif terhadap kesehatannya. (Aziz & Putri, 2019)

Menurut Notoatmodjo, Respons seseorang terhadap rangsangan atau hal-hal yang berkaitan dengan kesehatan, kesakitan, penyakit, dan lain-lain, serta unsur-unsur lain yang mempengaruhi kesehatan seperti lingkungan, makanan, minuman, dan pelayanan, disebut dengan perilaku kesehatan. Dengan kata lain, perilaku sehat mengacu pada semua perilaku seseorang yang relevan untuk menjaga dan meningkatkan kesehatannya. Perilaku ini dapat diamati dan tidak dapat diamati. Pemeliharaan kesehatan ini meliputi menghindari penyakit dan gangguan kesehatan lainnya, meningkatkan kesehatan, dan mengupayakan kesembuhan kesehatan ketika sakit atau mengalami gangguan kesehatan. (Astuti, 2016)

Pengertian sehat menurut notoatmodjo dibagi menjadi empat hal. Yang pertama, sehat fisik yakni kondisi tubuh berfungsi dengan normal, tidak dalam terjangkit penyakit, tidak

# PROSIDING

Loka Karya Pendidikan Islam Anak Usia Dini IAIN Ponorogo  
"Gizi untuk Anak Usia Dini" Tahun 2023

cacat, tidak lemah, dan bugar. Kedua, sehat jiwanya yaitu dapat berpikir positif, logis, dan teratur. Serta emosi sehat, mampu mengekspresikan emosi dengan baik (senang, sedih, cemas, takut, khawatir, dan sebagainya). Lalu sehat spiritualnya, yakni memiliki keyakinan akan adanya perlindungan (rasa nyaman). Ketiga, sehat sosial yakni mampu berinteraksi dan berkomunikasi dengan baik (baik dengan keluarga, teman, maupun orang lain), serta mampu bersikap toleransi. Keempat, sehat dalam artian cermat yakni memahami kepemilikan, menerima pendapat, dan adanya rasa sayang. (Siswanto, 2012)

Anak usia dini mengacu pada masa pertumbuhan pribadi yang cepat yang akan mempengaruhi masa depan seseorang. Proses pertumbuhan dan perkembangan mengalami fase cepat dalam beberapa aspek selama ini. Diamati bahwa masa usia dini adalah masa ketika landasan atau landasan pertama diletakkan untuk perkembangan dan kemajuan di masa depan. (Muafiah & Fadly, 2019) Setiap anak adalah unik dan karena pertumbuhan setiap anak berbeda satu sama lain dan dipengaruhi oleh variabel internal dan eksternal, tetap ada pola dasar dalam perkembangan anak. Orang tua dan orang dewasa lainnya harus terlibat dalam memberikan stimulasi penuh dan terpadu kepada anak yang mencakup pendidikan, perawatan, kesehatan, gizi, dan perlindungan yang secara konsisten diberikan melalui kebiasaan. (PERMENDIKBUD, 2018)

## Pemeliharaan Kesehatan

Kamus Besar Bahasa Indonesia menyebutkan bahwa istilah "menjaga" berasal dari kata kerja "menjaga" yang berarti menjaga. Sedangkan kata "sehat" mempunyai arti kesehatan. Seluruh organ tubuh harus berfungsi dengan baik agar tetap sehat. Menurut Bab I Pasal 1 Undang-Undang Nomor 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan, setiap orang dapat hidup produktif secara sosial dan ekonomi apabila dalam keadaan sehat jasmani, rohani, rohani, dan sosial (UU RI Nomor 36 Tahun 2009). Tentang Kesehatan, Kesehatan, dalam pandangan Perkins, seorang ahli kesehatan yang berbeda, adalah suatu kondisi dinamis keseimbangan antara bentuk dan fungsi tubuh serta berbagai pengaruh yang mempengaruhinya. Oleh karena itu, kesehatan yang baik adalah keadaan keseimbangan fisik, sosial, emosional dan bidang mental keberadaan seseorang.

Manusia dapat berfungsi dan terus beradaptasi terhadap perubahan guna memenuhi kebutuhannya akan kebutuhan pokok dalam kehidupan sehari-hari bila dalam keadaan sehat, yang merupakan suatu kondisi dinamis penyelesaian siklus kehidupan. Demi terciptanya generasi individu yang mampu menatap masa depan dengan penuh semangat, energi, dan semangat yang bermuara pada pertumbuhan dan prestasi, maka kesehatan merupakan sesuatu yang murni dan alamiah, baik jasmani maupun non fisik.

Pediatri umumnya mengacu pada bidang kedokteran yang berhubungan dengan kesehatan anak. Spesialisasi medis yang menangani bayi dan anak-anak adalah pediatri, kadang-kadang dikenal sebagai kesehatan anak. Kata "pediatri" (payi, "anak") dan "iatros", yang keduanya berarti "dokter" dalam bahasa Yunani kuno, adalah asal mula istilah tersebut. *American Academy of Pediatrics, Canadian Pediatric Society*, dan Ikatan Dokter Anak Indonesia hanyalah beberapa dari organisasi nasional yang mayoritas dokternya tergabung. Abraham Jacobi dikenal sebagai "Bapak Pediatri Dunia". (Trihono et al., 2013)

Dokter anak bertanggung jawab untuk melacak pertumbuhan dan perkembangan khas anak berdasarkan catatan motorik dan intelektualnya. Dokter juga harus mampu mengidentifikasi anak-anak yang perilaku hiperaktif, kekurangan nutrisi, atau racun lingkungan seperti timbal, timah, atau bahan kimia beracun lainnya menyebabkan terhambatnya pertumbuhan dan perkembangan. Dokter anak juga harus mewaspadai sejumlah

## PROSIDING

Loka Karya Pendidikan Islam Anak Usia Dini IAIN Ponorogo  
“Gizi untuk Anak Usia Dini” Tahun 2023

kondisi yang pertama kali muncul pada anak, termasuk alergi, penyakit yang mengganggu kekebalan, dan epilepsi.

Banyak organ tubuh anak mengalami pertumbuhan, perkembangan, dan pematangan terbesarnya selama masa kanak-kanak. Tumbuh kembang anak terjadi cukup cepat pada usia balita. Pertumbuhan dan perkembangan yang pesat harus diimbangi dengan perawatan medis yang memadai. Dokter tidak hanya perlu dilibatkan dalam inisiatif kesehatan anak, namun orang tua juga harus mampu memahami, mengenali, dan memperlakukan anaknya dengan tepat jika terjadi sesuatu yang kurang baik pada kesehatan anak. Orang tua perlu mewaspadaai anak-anaknya. Waspada berarti selalu waspada terhadap segala hal yang dialami anak, mulai dari makanan dan minuman yang mereka konsumsi, permainan yang mereka mainkan, benda-benda yang bersentuhan dengannya, karena anak secara alami memiliki rasa ingin tahu terhadap hal-hal baru dan menarik, hingga faktor lingkungan yang dapat mempengaruhinya. dapat membahayakan kesehatan mereka.

Sebelum membawa anak ke dokter bila mengalami gangguan kesehatan, orang tua juga harus memberikan penanganan yang tepat dan cepat. Orang tua harus bisa mengambil keputusan yang sesuai dan sehat bagi kesehatan anaknya ketika mengunjungi dokter. Mengunjungi dokter anak sangatlah penting karena semua dokter anak mampu menangani penyakit anak.

Namun penting untuk diingat bahwa tidak semua dokter anak memenuhi syarat untuk mendalami masalah kesehatan anak tertentu. Oleh karena itu, dokter anak dapat diklasifikasikan menjadi dua kategori: dokter anak umum dan dokter anak dengan spesialisasi atau subspecialisasi. Oleh karena itu, setiap orang tua harus mewaspadaai ciri-ciri tambahan yang berbeda dari seorang dokter anak agar anak dapat menerima pengobatan yang sesuai dengan tingkat keahliannya.

Permasalahan kesehatan anak sangatlah kompleks karena perkembangan mental dan cara berpikirnya masih berkembang pada bidang tersebut. Selain itu, variabel lingkungan mempunyai dampak yang signifikan terhadap kesehatan anak. Selain itu, tidak dapat dipungkiri bahwa pengaruh lingkungan mempunyai dampak yang paling besar terhadap kesehatan anak. Untuk melindungi anak dari risiko penyakit berbahaya yang berasal dari lingkungan, seperti adanya bakteri, nyamuk, infeksi, atau zat beracun, maka tanggung jawab orang tua untuk memperhatikan dan mengawasi paparan anak terhadap faktor lingkungan menjadi sangat penting. (Trihono et al., 2013)

Di negara kita, penyakit anak yang disebabkan oleh lingkungan masih sangat umum terjadi. Anak-anak sangat rentan terhadap penyakit seperti demam berdarah dengue (DBD), diare, cacangan, dan infeksi saluran pernapasan akut (ISPA), serta reaksi buruk terhadap makanan yang disebabkan oleh sanitasi dan keamanan pangan yang tidak memadai. Selain itu, kemungkinan generasi muda mengalami masalah kesehatan akibat pencemaran lingkungan yang disebabkan oleh berbagai proses pembangunan semakin meningkat. Meningkatnya permasalahan kesehatan di kalangan generasi muda merupakan akibat dari pembangunan di semua lokasi yang tidak ramah lingkungan. Asap, asap knalpot sarana transportasi, gangguan, sampah industri dan rumah tangga, serta gangguan kesehatan akibat bencana, semuanya akan sangat mudah terpapar pada anak-anak.

Selain itu, segala sesuatu yang ada di rumah berdampak positif bagi kesehatan anak. Masalah kesehatan anak juga dapat diperparah jika tinggal di rumah yang tidak bersih, kotor, dan tidak dikelola dengan baik, dengan sampah yang menumpuk di mana-mana atau berdekatan dengan wadah yang tidak memiliki aliran udara. Selain itu, buruknya kesehatan anak juga disebabkan oleh kurangnya asupan air, makanan, dan gizi yang diterima anak.

# PROSIDING

Loka Karya Pendidikan Islam Anak Usia Dini IAIN Ponorogo  
“Gizi untuk Anak Usia Dini” Tahun 2023

Kesimpulannya, ada banyak faktor yang mempengaruhi derajat kesehatan anak dan hal ini harus diwaspadai oleh orang tua. (Erida, 2018)

Menjaga kesehatan anak-anak sedini mungkin sangatlah penting untuk memastikan kondisi kesehatan mereka saat ini tetap terjaga dan untuk bersiap menghadapi potensi masalah kesehatan di masa depan. Ketika anak berada di lembaga PAUD. Perilaku dan sikap yang lebih bertanggung jawab akan dibentuk melalui pengajaran dan pembiasaan agama dan moral yang telah tumbuh sejak usia dini. Dalam banyak aspek pertumbuhan, lingkungan khususnya keluarga memainkan peran yang sangat penting. (Rochmah, 2016) Anak-anak meniru tindakan orang tuanya. karena anak-anak adalah peniru yang sangat baik. Mereka menyerupai kertas putih kosong yang dapat ditulisi atau rutinitas apa pun yang diajarkan orang tua melalui pembiasaan. (Rantikasari & Negara, 2022)

Begitu pula peran guru sangat besar dalam menjaga kesehatannya. Dengan memberikan informasi kepada anak-anak tentang pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat dalam aktivitas sehari-hari, para pendidik berinovasi membangun lembaga yang dapat melaksanakan perilaku tersebut dan menjadi sumber dorongan.

## 1. Area Promotif

Dalam hal ini, para pendidik mendukung semua inisiatif yang bertujuan untuk meningkatkan kesehatan. Pendidikan kesehatan adalah sesuatu yang bisa kita lakukan. Pendidikan kesehatan dapat dilaksanakan melalui praktek dan contoh dalam kegiatan sehari-hari serta dengan memasukkan tema-tema kesehatan ke dalam bahan ajar.

## 2. Area Preventif

Pendidik membantu pencegahan penyakit di bidang ini. Misalnya mencuci tangan dan menggosok gigi sebelum makan, serta menjaga kebersihan lingkungan (menyingkirkan debu, hewan yang berpotensi membahayakan, dan lain-lain). Program Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) menjadi salah satu inisiatif yang bisa dilakukan lembaga ini.

Pelaksanaan program memberikan pengalaman atau kondisi belajar kepada anak dengan membuka saluran komunikasi, memberikan informasi dan melaksanakan pendidikan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, perilaku dan praktik dalam kehidupan sehari-hari. (Dewi, 2022)

Secara umum, menjaga kesehatan anak-anak di tahun-tahun awal bertujuan untuk mencegah penyakit yang dapat mengganggu kemampuan mereka untuk belajar dan berpikir kritis. Selain itu, cara menjaga kesehatan ini dapat dilakukan dengan menjaga kebersihan anak dan lingkungan sekitar, memperhatikan makanan, mendapatkan suntikan tepat waktu, mengembangkan rutinitas perawatan diri yang tepat, mengontrol gaya hidup sehat anak, dan banyak lagi.

Dalam situasi ini, pola makan yang sehat dan pemeliharaan sanitasi dapat menjadi langkah pertama dalam perawatan kesehatan anak usia dini. Kesehatan fisik anak-anak akan memperoleh manfaat dari pengajaran sejak dini dalam mengembangkan praktik gaya hidup yang baik. Tentunya untuk menjadi teladan bagi anak-anaknya dan mendorong mereka untuk hidup sehat, hal ini harus didukung oleh orang-orang terdekatnya, terutama keluarganya. Makanan yang disajikan kepada anak harus memenuhi kebutuhan gizinya seiring perkembangannya di awal kehidupannya. Saat menyajikan makanan kepada anak, usahakan untuk membuatnya terlihat menarik agar anak mau memakannya. Ini juga berguna jika anak tidak menyukai makanan tertentu. Kita dapat membuat makanan lebih menarik bagi anak dengan menggunakan piring, bentuk, dan warna yang menarik bagi anak. Tentu saja, makanan yang diberikan harus bergizi dan menyehatkan serta tidak boleh menimbulkan dampak negatif langsung atau jangka panjang pada anak.

## PROSIDING

Loka Karya Pendidikan Islam Anak Usia Dini IAIN Ponorogo  
"Gizi untuk Anak Usia Dini" Tahun 2023

Jelaslah bahwa sejumlah gangguan dapat muncul jika layanan kesehatan anak usia dini tidak diberikan dengan memadai. Setiap penyakit memiliki ciri, akar penyebab, dan dampak yang unik. Untuk mengoordinasikan pertumbuhan anak dan memberikan bantuan yang tepat, orang tua dan guru harus mewaspadaai tanda-tanda penyakit yang sering muncul pada anak kecil. Pentingnya menjaga kesehatan fisik, lingkungan, mata, telinga, kulit, dan gigi harus dijelaskan kepada siswa oleh gurunya. Karena anak-anak pertama kali mulai memahami nilai menjaga kesehatan melalui panca indera mereka, budaya hidup sehat perlu dipupuk sejak usia dini.

Imunisasi merupakan salah satu jenis pelayanan dan pengobatan kesehatan anak usia dini yang tersedia. Seseorang diimunisasi dengan cara diberikan vaksin agar tubuhnya dapat memproduksi antibodi sendiri terhadap patogen penyebab penyakit. Anak-anak yang sangat rentan terhadap penyakit diharapkan menjadi lebih kuat dan tetap sehat berkat vaksinasi yang dapat melindungi anak-anak dari berbagai infeksi virus.

Meskipun kata "kesehatan" sering digunakan untuk merujuk pada kesejahteraan tubuh atau kondisi fisik, kata "kesehatan" sebenarnya mencakup lebih dari sekedar fisik. Undang-undang Kesehatan Nomor 23 Tahun 1992 menyatakan bahwa "kesehatan adalah keadaan sejahtera jasmani, mental, dan sosial yang memungkinkan setiap orang dapat hidup produktif secara sosial dan ekonomi."

Pengetahuan ini mengarah pada kesimpulan bahwa status kesehatan seseorang tidak hanya mencakup kesehatan fisiknya tetapi juga kesejahteraan mental dan psikologisnya, yang keduanya mempengaruhi seberapa sehat seseorang. Apakah keadaan kesehatan bersifat total atau integral. Artinya, kesehatan seseorang berdampak pada kesehatan orang lain.

### **Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)**

PHBS merupakan landasan "Indonesia Sehat" dan sebuah metode untuk mengurangi beban keuangan negara dan masyarakat pada bidang kesehatan. Satu-satunya cara untuk mengubah sikap seseorang terhadap gaya hidup sehat adalah dengan menciptakan lingkungan yang sehat. Oleh karena itu, setiap anggota keluarga harus berupaya melindungi, memelihara, dan meningkatkan kesehatannya (Munawaroh et al., 2022). Kemampuan memelihara, meningkatkan, dan menjaga kesehatan dari penyakit dan lingkungan yang tidak mendukung hidup sehat disebut dengan sikap PHBS. Semua pihak harus bersinergi untuk mensosialisasikan kegiatan PHBS di lingkungan sekitar agar bisa terlaksana, termasuk pemerintah kota atau organisasi terkait.

Pedoman penerapan pola hidup sehat kesehatan adalah suatu cara bertindak yang didasarkan pada kesadaran sebagai cara belajar agar masyarakat dapat membantu dirinya sendiri dalam mengatasi masalah kesehatannya atau ikut serta dalam menciptakan komunitas yang sehat di lingkungannya. Program Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan upaya untuk memberikan pembelajaran melalui pengalaman kepada setiap individu, keluarga, kelompok, dan masyarakat luas. Pembelajaran disampaikan melalui media komunikasi, pemberitaan serta edukasi, guna menambah pengetahuan, mengubah sikap dan perilaku melalui teknik pendekatan kepemimpinan, menciptakan suasana, serta melakukan gerakan-gerakan mandiri dalam kelompok masyarakat. Keadaan ini menjadi alat introspeksi yang baik untuk membantu masyarakat dalam mengidentifikasi.

Pada Pasal 1 Ayat 1 Undang-Undang Nomor 23 Tahun 1992 Siswanto Tahun 2012. Kesehatan adalah suatu kondisi kesejahteraan yang dimulai dari aspek tubuh, jiwa, dan sosial serta memungkinkan setiap orang menjalani kehidupan yang memuaskan baik dari segi sosial maupun ekonomi. Anak usia dini merupakan hal yang paling penting bagi kesehatan

# PROSIDING

Loka Karya Pendidikan Islam Anak Usia Dini IAIN Ponorogo  
“Gizi untuk Anak Usia Dini” Tahun 2023

masyarakat. Anak usia dini, atau kelompok usia 0–6 tahun, terkadang disebut sebagai “masa keemasan”, dan masa ini penting karena pada masa inilah seorang anak berkembang secara fisik, motorik, intelektual, bahasa, dan emosional. Perilaku sejak dini dengan menerapkan pola hidup sehat dengan mengikuti protokol kesehatan agar anak terhindar dari segala kemungkinan penularan penyakit. Guru dan orang tua berperan penting dalam membantu anak menyadari pentingnya mengembangkan kebiasaan baru dengan mengajarkan mereka tentang perilaku sehat dan memberi mereka contoh. Sikap dan karakter anak dibentuk oleh lingkungannya dan komunikasi yang dilakukannya dengan orang tua, guru, dan pengasuh lainnya. Hidup bersih dan sehat adalah upaya menciptakan suasana sehat yang bermanfaat bagi diri sendiri, kelompok, dan masyarakat, sehingga mendorong penerapan pola hidup sehat dan kepatuhan terhadap protokol kesehatan. Selain itu, dapat menjaga, memelihara, dan meningkatkan kesehatan.

Sejak kecil, anak-anak tumbuh dalam lingkungan yang bersih, sehat, dan belajar beradaptasi dengan lingkungannya. Selain itu, biasakan menjalani hidup rapi dan sehat. Selain itu, diharapkan dapat terhindar dari berbagai penyakit dan memutus rantai penularan penyakit. Belajar hidup bersih dan mencuci tangan adalah kebiasaan paling sehat yang dapat dengan mudah diterapkan oleh anak-anak. Jadi tindakan yang berulang-ulang dan baik disebut dengan kebiasaan. Memberikan rangsangan kepada anak sejak dini atau sejak masa kanak-kanak membantu mereka mengulangi perilaku atau tindakan, yang mengarah pada terbentuknya kebiasaan yang jika diulangi di kemudian hari akan menjadi otomatis.

Salah satu faktor berkembangnya kesehatan jasmani generasi muda adalah perilaku hidup bersih dan sehat. Dalam mengembangkan pola hidup bersih dan sehat, pendidikan kesehatan sangat diperlukan. Anak usia dini merupakan tahap perkembangan dimana otak tumbuh paling cepat, mencapai 80% dari ukuran dewasanya. Karena anak kecil mempunyai kemampuan ingatan yang kuat, oleh karena itu ada baiknya untuk mendidik mereka dengan pendidikan kesehatan. Hal ini akan memberi mereka kesempatan bagus untuk mengembangkan kebiasaan kesehatan mereka di masa depan secara bertahap. Kebiasaan sehat dapat dibentuk melalui program olahraga, nutrisi, dan pendidikan anak usia dini. Mempromosikan kesehatan dan pendidikan melalui inisiatif pendidikan anak usia dini (PAUD) berbasis masyarakat.

Tujuan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah untuk meningkatkan, melestarikan, dan menjaga kesehatan jasmani, rohani, dan sosial yang baik, adalah mewujudkan orientasi hidup sehat dalam budaya individu, keluarga, dan masyarakat. Dengan menyediakan saluran komunikasi, informasi, dan edukasi untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku agar masyarakat sadar, mau, dan mampu mempraktekkan perilaku hidup bersih dan sehat, PHBS berupaya memberikan pengalaman belajar atau menciptakan kondisi bagi individu, kelompok, dan keluarga. Melalui PHBS diharapkan masyarakat dapat mengidentifikasi dan menyelesaikan permasalahannya sendiri serta menerapkan strategi hidup sehat dengan menjaga, memelihara, dan meningkatkan kesehatan.

Manfaat PHBS adalah untuk meningkatnya kesadaran masyarakat akan membantu masyarakat menjadi lebih bersemangat dan mampu menjalani pola hidup sehat dan bersih. Hal ini harus dilakukan agar individu mendapat informasi, menghindari, dan/atau bersiap menghadapi potensi masalah kesehatan. Selain itu, masyarakat diharapkan mampu membangun lingkungan yang sehat melalui penerapan dan praktik PHBS guna meningkatkan kualitas hidup. Kegunaan PHBS ini dapat dipraktikkan di berbagai lingkungan, termasuk di ruang kelas, di tempat kerja, di rumah, dan di masyarakat.

# PROSIDING

Loka Karya Pendidikan Islam Anak Usia Dini IAIN Ponorogo  
“Gizi untuk Anak Usia Dini” Tahun 2023

## Pelayanan Kesehatan

Pendidikan anak usia dini merupakan upaya yang disengaja untuk mendukung perkembangan fisik, mental, dan spiritual anak sejak lahir hingga usia enam tahun. Hal ini dicapai dengan menawarkan anak-anak berbagai pengalaman dan stimulasi. (Puspitasari & Al Baqi, 2022) telah membuat aturan melalui Peraturan Presiden RI. No 60 Tahun 2013 tentang PAUD-Holistik Integratif atau Pengembangan Anak Usia Dini Holistik Integratif yang berbunyi pentingnya pemenuhan kebutuhan penting bagi anak secara lengkap meliputi aspek kesehatan, gizi dan perawatan, pendidikan dan pengasuhan serta perlindungan dan kesejahteraan tujuannya agar perkembangan anak dapat tumbuh dan berkembang secara maksimal. Anak mempunyai hak atas kesehatan sebagai proses tumbuh kembang dalam kehidupannya untuk masa depannya sendiri. Ketika anak sehat anak mampu untuk melakukan kegiatan apa saja yang ia inginkan tanpa ada gangguan, dapat beraktifitas dengan baik dan lancar, berfikir secara rasional, mampu konsentrasi dalam melakukan kegiatan belajarnya. Departemen Kesehatan tahun 2009 tercantum indikator tentang kesehatan anak, yang berbunyi (1) berat badan anak naik sejalan dengan garis pertumbuhan mengikuti pita hijau pada KMS atau naik ke pita warna di atasnya (2) anak akan bertambah tinggi (3) kemampuan anak akan berkembang sesuai dengan tahapan usia (4) jarang sakit (6) ceria, aktif dan lincah. (Windarta, 2021)

Bagi tumbuh kembang anak, kesehatan anak usia dini sangatlah penting. Notoatmojo menegaskan bahwa *personal hygiene* atau kebersihan diri seorang siswa berpengaruh langsung terhadap kesehatannya. Pentingnya peningkatan standar pengelolaan PAUD dan otonomi siswa dan guru PHBS harus ditekankan. Siswa PAUD menjadi sasaran upaya ekstensif untuk meningkatkan kesehatannya, termasuk pelayanan, pendidikan, dan layanan kesehatan yang diberikan secara bertahap sesuai dengan kondisi setempat. Pemerintah (sektor kesehatan dan pendidikan) dan masyarakat melaksanakan inisiatif kesehatan secara terkoordinasi untuk siswa PAUD. (Yulisyafira & Marlina, 2022)

Menurut Moeliono, pelayanan adalah suatu tindakan atau hasil yang dapat diberikan oleh perusahaan kepada pihak ketiga, biasanya pihak yang tidak terlihat dan tidak ada pihak yang dapat mengklaim kepemilikannya. Pelayanan kesehatan adalah suatu usaha terorganisir yang dilakukan untuk meningkatkan dan memelihara kesehatan, mencegah dan mengobati penyakit, serta memulihkan kesehatan individu, keluarga, kelompok, atau masyarakat. (NIM, 2016) Layanan ini juga berusaha mengarahkan anak dan orang tuanya kepada sistem kesehatan mental dan fisik yang telah ada seperti pusat kesehatan masyarakat. (Hijriyani & Machali, 2017)

Menurut Kasman, tujuan pelayanan kesehatan adalah untuk: (1) Meningkatkan kapasitas dan kompetensi masyarakat untuk melakukan tindakan pembentuk perilaku sehat. (2) Memperkuat daya tahan tubuh siswa terhadap penyakit dan menghentikan timbulnya penyakit, kelainan, dan kecacatan, agar siswa dapat berprestasi sebaik-baiknya, proses penyakit harus dihentikan, komplikasi yang disebabkan oleh penyakit, kelainan, fungsi harus dipulihkan, dan bakat siswa harus ditingkatkan. (Hidayat, 2020)

Sesuai dengan PERMENDIKBUD Nomor 25 tahun 2014 Pasal 2 tentang upaya kesehatan anak dengan rahmat tuhan yang maha esa berisi pengaturan Upaya Kesehatan Anak yang bertujuan untuk: (a) menjamin kelangsungan hidup anak yang diutamakan pada upaya menurunkan angka kematian Bayi Baru Lahir, Bayi dan Anak Balita; (b) menjamin tumbuh kembang anak secara optimal sesuai dengan potensi yang dimiliki; (c) melibatkan partisipasi Anak Usia Sekolah dan Remaja di bidang kesehatan; (d) menjamin terpenuhinya hak kesehatan anak dengan memperhatikan siklus hidup; (e) menjamin tersedianya pelayanan

# PROSIDING

Loka Karya Pendidikan Islam Anak Usia Dini IAIN Ponorogo  
"Gizi untuk Anak Usia Dini" Tahun 2023

kesehatan yang komprehensif bagi anak dan remaja; (f) mempersiapkan menjadi orang dewasa yang sehat dan produktif, baik sosial maupun ekonomi; (g) menjamin agar Anak Usia Sekolah dan Remaja mendapatkan pendidikan kesehatan melalui sekolah maupun luar sekolah; (h) memberikan perlindungan kepada Anak dalam memperoleh pelayanan kesehatan yang bermutu, aman, dan bermanfaat ; dan (i) memberikan kepastian hukum bagi Anak, orang tua/Keluarga, tenaga kesehatan, dan fasilitas pelayanan kesehatan. Menurut Prima dkk., terdapat tiga kategori kesehatan perilaku yang dapat diterapkan kepada anak. antara lain, Pertama, pemberian pemeliharaan kesehatan (*health maintenance*), yang meliputi pencegahan penyakit perilaku, penyembuhan perilaku saat sakit, dan pemulihan kesehatan perilaku. jika seseorang dalam keadaan sehat, perilaku meningkatkan kesehatan, dan ketika sudah sembuh dari suatu penyakit, perilaku menyediakan makanan dan minuman sehat. Kedua, perilaku pencarian, juga dikenal sebagai perilaku pencarian kesehatan (*health seeking behaviour*), yakni pemanfaatan fasilitas pelayanan kesehatan. Terakhir, ada perilaku yang melibatkan upaya atau tindakan individu ketika mereka sakit atau terluka. Kebiasaan ini diawali dengan perawatan diri (*self treatment*), dan berlanjut hingga mencari pertolongan di tempat lain. Tindakan atau kebiasaan ini harus dipraktikkan sebagai bentuk pelayanan kesehatan pada anak agar anak mempunyai kesehatan yang prima di kemudian hari. Apabila layanan kesehatan tidak diberikan pada anak maka akan berpengaruh terhadap permasalahan kesehatan anak tersebut.(Sadiah et al., 2020)

Pertama dan terpenting, kegiatan pelayanan kesehatan melibatkan peningkatan kesehatan. Pertama, upaya *promotif* yakni melalui olah raga dan pembinaan kesehatan. Kedua, tindakan meningkatkan imunitas tubuh, memutus rantai penularan penyakit, dan menghentikan stadium penyakit sejak dini sebelum penyakit muncul, semuanya dilakukan sebagai bagian dari antisipasi *preventif*. Ketiga, kegiatan dilaksanakan sebagai bagian dari terapi (*kuratif*) dan perbaikan (*rehabilitatif*) untuk mencegah komplikasi dan cedera yang disebabkan oleh penyakit atau untuk meningkatkan kemampuan siswa yang terluka agar dapat bekerja sebaik-baiknya. Keempat, menyediakan ruang promosi kesehatan di dekat sekolah.(Sadiah et al., 2020);

## KESIMPULAN

Kesehatan merupakan salah satu faktor terpenting dalam pertumbuhan anak. Ketika kesehatan anak terganggu, maka akan berdampak pada sejumlah aspek perkembangannya dan berbagai aktivitas yang akan dilakukan. Hal terpenting yang harus dilakukan untuk menjaga kesehatan anak adalah dengan memperhatikan dengan baik nutrisi yang terkandung dalam makanan yang dikonsumsi. Prestasi anak di sekolah ditentukan oleh keadaan gizinya. Gizi yang buruk selama tahun-tahun dapat mempengaruhi kapasitas konsentrasi, ingatan, dan keterampilan lainnya dalam aspek pembentukan anak.

Guru dan orang tua berperan penting dalam membantu anak menyadari pentingnya mengembangkan kebiasaan baru dengan mengajarkan mereka tentang perilaku sehat dan memberi mereka contoh. Sikap dan karakter anak dibentuk oleh lingkungannya dan komunikasi yang dilakukannya dengan orang tua, guru, dan pengasuh lainnya. Hidup bersih dan sehat adalah upaya menciptakan suasana sehat yang bermanfaat bagi diri sendiri, kelompok, dan masyarakat, sehingga mendorong penerapan pola hidup sehat dan kepatuhan terhadap protokol kesehatan. Selain itu, dapat menjaga, memelihara, dan meningkatkan kesehatan.

Kegiatan pelayanan kesehatan melibatkan peningkatan kesehatan. Pertama, upaya *promotif* yakni melalui olah raga dan pembinaan kesehatan. Kedua, tindakan meningkatkan

## PROSIDING

Loka Karya Pendidikan Islam Anak Usia Dini IAIN Ponorogo  
“Gizi untuk Anak Usia Dini” Tahun 2023

imunitas tubuh, memutus rantai penularan penyakit, dan menghentikan stadium penyakit sejak dini sebelum penyakit muncul, semuanya dilakukan sebagai bagian dari antisipasi *preventif*. Ketiga, kegiatan dilaksanakan sebagai bagian dari terapi (*kuratif*) dan perbaikan (*rehabilitatif*) untuk mencegah komplikasi dan cedera yang disebabkan oleh penyakit atau untuk meningkatkan kemampuan siswa yang terluka agar dapat bekerja sebaik-baiknya. Keempat, menyediakan ruang promosi kesehatan di dekat sekolah.

Dengan demikian implementasi perilaku hidup sehat bagi anak usia dini. Dimana di masa yang akan datang akan ada banyak hal yang akan dihadapi oleh anak terlebih dari segi kesehatan jasmani maupun rohani. Jika dari usia dini belum dibekali dengan kesehatan yang cukup, sehingga di masa yang akan datang anak akan siap dari segi kesehatannya dalam menjalankan kehidupannya.

### DAFTAR PUSTAKA

- Arifin, Z. (2020). Metodologi penelitian pendidikan. *Jurnal Al-Hikmah*, 1(1).
- Astuti, A. K. (2016). PELAKSANAAN PERILAKU SEHAT PADA ANAK USIA DINI DI PAUD PURWOMUKTI DESA BATUR KECAMATAN GETASAN. *Scholaria : Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*, 6(3), 264. <https://doi.org/10.24246/j.scholaria.2016.v6.i3.p264-272>
- Aulina, C. N. (2018). Peningkatan Kesehatan Anak Usia Dini dengan Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di TK Kecamatan Candi Sidoarjo. *AKSIOLOGIYA : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1), 50. <https://doi.org/10.30651/aks.v3i1.1480>
- Aziz, R. A., & Putri, A. K. R. (2019). *Perilaku Dan Kesehatan 1*.
- Dewi, A. P. (2022). Peran Pendidik Dalam Pemeliharaan Kesehatan Anak Usia Dini. *Prosiding Seminar Nasional Pascasarjana (PROSNAMPAS)*, 5(1), 98–102.
- Erida, E. (2018). Pengasuhan dan Pengembangan Kesehatan Anak Usia Dini. *TATHWIR: Jurnal Pengembangan Masyarakat Islam*, 73–86.
- Hidayat, K. (2020). *Peran usaha kesehatan sekolah (UKS) sebagai proses perilaku hidup bersih dan sehat peserta didik*. Universitas Negeri Padang.
- Hijriyani, Y. S., & Machali, I. (2017). Pembelajaran Holistik – Integratif Anak Usia Dini dengan Pendekatan Cashflow Quadrant di RA Al Muttaqin Tasikmalaya. *Al-Athfal: Jurnal Pendidikan Anak*, 3(2), 119–134. <https://doi.org/10.14421/al-athfal.2017.32-02>
- Inten, D. N., & Permatasari, A. N. (2019). Literasi Kesehatan pada Anak Usia Dini melalui Kegiatan Eating Clean. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 3(2), 366. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v3i2.188>
- Khaironi, M. (2018). Perkembangan anak usia dini. *Jurnal Golden Age*, 2(01), 1–12.
- Laela, M., & Rohmah, U. (2022). Keterkaitan Pola Asuh dan Inner Child pada Tumbuh Kembang Anak. *Prosiding Lokakarya Pendidikan Islam Anak Usia*, 1, 40–50.
- Mardhiati, R. (2019). Guru paud: pendidikan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) anak usia dini. *Ikra-Ith Abdimas*, 2(3), 133–141.
- Muafiah, E., & Fadly, W. (2019). Pengasuhan Anak Usia Dini Berperspektif Gender Dalam Hubungannya Terhadap Pemilihan Permainan Dan Aktivitas Keagamaan Untuk Anak. *PALASTREN Jurnal Studi Gender*, 12(1), 1. <https://doi.org/10.21043/palastren.v12i1.3188>
- Munawaroh, H., Nada, N. K., Hasjiandito, A., Faisal, V. I. A., Heldanita, H., Anjarsari, I., & Fauziddin, M. (2022). Peranan Orang Tua Dalam Pemenuhan Gizi Seimbang Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Pada Anak Usia 4-5 Tahun. *Sentra Cendekia*, 3(2), 47. <https://doi.org/10.31331/sencenivet.v3i2.2149>
- NIM, A. (2016). KUALITAS PELAYANAN KESEHATAN MASYARAKAT DI PUSKESMAS SIMPANG TIGA KECAMATAN BANYUKE HULU KABUPATEN LANDAK. *Publika Jurnal Ilmu Administrasi Negara (e-Journal)*, 4(4).

## PROSIDING

### Loka Karya Pendidikan Islam Anak Usia Dini IAIN Ponorogo “Gizi untuk Anak Usia Dini” Tahun 2023

- Rantikasari, I. A., & Negara, T. D. W. (2022). Peran orang tua dalam pembentukan akhlakul karimah pada anak usia dini. *Prosiding Lokakarya Pendidikan Islam Anak Usia Dini IAIN Ponorogo*, 1, 1–11.
- Rochmah, E. Y. (2016). Mengembangkan karakter tanggung jawab pada pembelajar (Perspektif psikologi barat dan psikologi Islam). *AL-MURABBI: Jurnal Studi Kependidikan Dan Keislaman*, 3(1), 36–54.
- Sadiyah, G. S., Romadhona, N. F., & Gustiana, A. D. (2020). Penerapan Layanan Kesehatan Dan Gizi Dalam Penyelenggaraan Paud Holistik Integratif Di Tk Alam Pelopor Rancaekek. *Edukid*, 17(1), 50–64.
- Silalahi, R. Y. B., & Sahara, S. (2022). Upaya Pengembangan SDM Guru PAUD Berbasis Kompetensi Profesional. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(6), 6478–6491. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i6.2691>
- Siswanto, H. (2012). Pendidikan kesehatan unsur utama dalam pendidikan anak usia dini. *Jurnal Cakrawala Pendidikan*, 5(2).
- Trihono, P. P., Djer, M. M., Sjakti, H. A., Hendarto, T. W., & Prawitasari, T. (2013). Best Practices in Pediatrics. *Ikatan Dokter Anak Indonesia Cabang DKI Jakarta*. Jakarta.
- Wathoni, K. W., Hijriyani, Y. S., & Azizah, A. I. (2023). Konsep Childfree Perspektif Pendidikan Keluarga Dalam Islam. *WISDOM: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(1), 113–126.
- Windarta, L. R. P. (2021). Pendidikan Kesehatan, Gizi dan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Bagi Anak Usia Dini di Masa Pandemi Covid-19. *GENIUS Indonesian Journal of Early Childhood Education*, 2(1), 40–48. <https://doi.org/10.35719/gns.v2i1.36>
- Yulisyafira, N., & Marlina, S. (2022). Strategi Guru dalam Memberikan Layanan Kesehatan Selama Pandemi pada Anak di TK Aisyiyah Bustanul Athfal Balai Talang. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 6(2), 11600–11608.