

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Perkembangan Motorik Halus Anak Usia Dini

1. Pengertian Perkembangan

Adanya hubungan yang erat antara pertumbuhan dan perkembangan, dan mempunyai arti yang sama yaitu “perubahan”, lebih lengkapnya *pertumbuhan* dapat diartikan perubahan dalam hal *kuantitatif* yang didalamnya terdapat penambahan ukuran dan struktur. Pertumbuhan berhubungan dengan masalah perubahan dalam kategori besar, jumlah, ukuran mungkin juga dimensi, organ, dan sebagainya, tegasnya disebut sebagai pertumbuhan karena ia bisa diukur, baik panjang, pendek, tinggi, rendah, besar, kecil. Sedangkan perkembangan ialah bertambahnya kompetensi atau skill, struktur dan fungsi dan anggota tubuh yang lebih kompleks dalam pola yang sistematis dan dapat juga disebut sebagai hasil proses pematangan. (Dr Khadijah, Mag, Nurul Amelia, M.Pd Perkembangan Fisik Motorik Anak Usia Dini, 2020 :1)

2. Prinsip prinsip Perkembangan

Prinsip prinsip perkembangan sebagai berikut:

1. Perkembangan merupakan proses yang tidak pernah berhenti (*never ending proses*)

2. Setiap aspek perkembangan saling mempengaruhi ,jika salah satu aspek tidak ada maka akan berpengaruh dengan aspek perkembangan lainnya.
3. Perkembangan mengikuti pola atau arah tertentu.
4. Perkembangan terjadi pada tempo yang berlainan
5. Setiap fase perkembangan mempunyai ciri khas.

3. Ciri perkembangan Anak Usia Dini

Ciri ciri perkembangan sebagai berikut:

1. Terjadinya perubahan dalam aspek fisik dan aspek psikis
2. Terjadinya perubahan proporsi
3. Lenyapnya tanda tanda yang lama atau sebelumnya.
4. Diperolehnya tanda tanda yang baru.
- 5.

4. Aspek Perkembangan Anak

★ Catron dan Allen dalam Yuliani Nurani Sujiono (2009:62) mengemukakan 6 aspek perkembangan anak usia dini:

a) Kesadaran Personal

Dalam bermain dapat menumbuhkan rasa kemandirian pada diri anak, dan memegang kontrol terhadap lingkungannya. Melalui bermain anak mampu menemukan hal baru, anak dapat bereksplorasi, meniru serta dapat mempraktikkan di kehidupannya sehari-hari sebagai sebuah langkah dalam membangun

keterampilan menolong dirinya sendiri di masa depan, hal inilah yang membuat anak merasa kompeten.

b) Pengembangan Emosi

Lewat bermain, anak mampu belajar menerima, mengekspresikan diri serta mampu mengatasi kesulitan yang di hadapi dengan cara yang baik. Bermain juga dapat memberikan anak kesempatan untuk lebih mengenal diri mereka sendiri dan dapat membangun pola perilaku yang baik dalam hidup.

c) Membangun Sosialisasi

Bermain dapat memberikan jalan bagi anak untuk dapat mengembangkan kemampuan sosial anak. Bermain merupakan sarana utama bagi anak agar mampu mengembangkan kemampuan sosial dan dapat memperluas rasa empati terhadap sesamanya serta dapat mengurangi sikap egosentris. Melalui bermain anak juga dapat belajar perilaku menunggu giliran, kerja sama, saling membantu serta saling berbagi terhadap orang lain.

d) Pengembangan Komunikasi

Bermain dapat dikatakan sebagai sarana untuk mengajarkan kemampuan berbahasa anak. Melalui komunikasi ini anak dapat mempelajari berbagai kosa kata baru, mampu mengembangkan daya penerimaan, serta pengekspresian kemampuan berbahasa mereka melalui interaksi dengan orang lain pada situasi bermain secara spontan.

e) Pengembangan Kognitif

Bermain dapat memenuhi kebutuhan anak untuk aktif terlibat dengan lingkungan, dalam bermain anak mampu menghasilkan sebuah karya, agar dapat memenuhi tugas perkembangan kognitifnya. Selama proses bermain, anak dapat memperoleh sebuah pengalaman baru, mampu memanipulasi alat dan bahan, dapat berinteraksi dengan orang lain serta anak akan mulai merasakan dunia mereka. Bermain juga menyediakan kerangka kerja bagi anak agar anak mampu mengembangkan pemahaman terhadap diri sendiri, orang lain serta lingkungannya.

f) Pengembangan Kemampuan Motorik

Dalam bermain anak diberikan kesempatan yang luas untuk bergerak. Anak juga dapat menemukan pengalaman belajar dalam aktivitas sensori motor, yang meliputi berbagai penggunaan otot-otot besar dan kecil yang memungkinkan anak untuk memenuhi perkembangan perseptual motorik.

1. Macam-Macam Keterampilan Motorik

Keterampilan motorik merupakan gerakan bagian tubuh yang dilakukan secara sengaja, otomatis, cepat serta akurat. Gerakan ini termasuk serangkaian koordinasi dari gerak ratusan otot yang rumit. Keterampilan motorik ini dapat dikelompokkan menjadi dua menurut ukuran otot dan bagian tubuh yang berperan, yaitu keterampilan

motorik kasar (*gross motor skill*) dan keterampilan motorik halus (*fine motor skill*).

a. Keterampilan Motorik Kasar

Keterampilan motorik kasar atau yang dapat disebut juga gross motor skill. Menurut Ricard (1989:11) definisi dari keterampilan motorik kasar yaitu keterampilan gerak yang menggunakan otot besar. Sedangkan pengertian keterampilan motorik kasar menurut Sujiono (2005:10) adalah gerak yang membutuhkan koordinasi sebagian besar bagian tubuh yang menggunakan otot besar. Contoh dari keterampilan motorik kasar adalah melempar, menendang, berjalan dan melompat.

b. Keterampilan Motorik Halus

Keterampilan motorik halus atau yang dapat disebut juga fine motor skill. Menurut Ricard (1989:11) definisi dari keterampilan motorik halus yaitu keterampilan yang membutuhkan kontrol dari otot kecil, serta memerlukan koordinasi antara mata dan tangan, serta keterampilan ini membutuhkan kecermatan. Contoh dari keterampilan motorik halus adalah menggunting, menempel, meronce, menggambar, dan melukis

Depdiknas menyatakan bahwa, motorik halus adalah gerakan yang melibatkan sebagian anggota tubuh tertentu dan menggunakan otot kecil serta memerlukan koordinasi antara mata

dan tangan, seperti melipat, menggambar, menggunting, menulis, menggambar, menggenggam, mengikuti garis, memasukan kelereng ke lubang, meremas, menyusun balok, menggunakan kuas, krayon dan spidol, membuka dan menutup objek dengan mudah, dan menuangkan air ke dalam gelas tanpa berceceran.

Kemampuan motorik halus yaitu meningkatnya koordinasi gerak tubuh yang melibatkan otot dan syaraf yang lebih kecil. Kelompok syaraf inilah yang akan mampu mengembangkan gerak motorik halus anak, seperti meremas kertas, menggunting, menggambar, menulis dan lain-lain (Suyadi, 2010:69)

Kemampuan motorik halus yaitu meningkatnya koordinasi gerak tubuh yang melibatkan otot dan syaraf yang lebih kecil. Kelompok syaraf inilah yang akan mampu mengembangkan gerak motorik halus anak, seperti meremas kertas, menggunting, menggambar, menulis dan lain-lain (Suyadi, 2010:69)

2. Prinsip Dalam Pengembangan Motorik halus

Dalam mengembangkan keterampilan motorik halus pada anak usia 4-6 tahun ditaman kanak-kanak agar dapat berkembang secara optimal, maka perlu memperhatikan prinsip-prinsip yang terdapat dalam Depdiknas,(2007:13) sebagai berikut:

- a. Memberikan anak kebebasan dalam berekspresi
- b. Melakukan pengaturan waktu, tempat, media (alat dan bahan) agar dapat merangsang anak untuk kreatif

- c. Memberikan anak bimbingan agar anak dapat menentukan teknik atau cara yang baik dalam melakukan kegiatan dengan berbagai media
- d. Menumbuhkan rasa keberanian pada anak dan menghindari petunjuk yang dapat merusak keberanian serta perkembangan anak
- e. Membimbing anak sesuai dengan kemampuan serta taraf perkembangannya
- f. Memberikan rasa gembira terhadap anak dan menciptakan suasana yang menyenangkan
- g. Melakukan pengawasan terhadap setiap pelaksanaan kegiatan

3. Fungsi Pengembangan Motorik Halus

Dr Khatijah, M.Ag dalam bukunya perkembangan Fisik motAnak Usia Dini menjelaskan bahwa pada dasarnya fungsi pengembangan keterampilan motorik halus merupakan pendukung aspek lainnya seperti halnya aspek bahasa dan kognitif dan juga aspek sosial anak karena pada hakikatnya setiap perkembangan tidak dapat terpisahkan satu sama lain. Pengembangan motorik halus berfungsi sebagai alat untuk mengembangkan koordinasi antara kecepatan tangan dengan gerakan mata juga sebagai alat untuk melatih penguasaan emosi anak.

Gerakan motorik halus mempunyai peran penting dalam pengembangan seni anak. Motorik halus merupakan gerakan yang hanya melibatkan bagian tubuh tertentu yang menggunakan otot kecil.

Oleh karena itu, gerakan motorik halus tidak terlalu menggunakan tenaga, akan tetapi membutuhkan ketelitian dan koordinasi yang cermat. (Depdiknas 2007:7)

4. Tujuan Pengembangan Motorik Halus

Himnatul Aliyah (2022) menjelaskan tujuan pengembangan motorik halus anak yaitu:

- a. Mampu memfungsikan otot-otot kecil seperti gerakan jari tangan
- b. Mampu mengkoordinasi kecepatan mata dan tangan
- c. Mampu mengendalikan emosi

Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa tujuan dari pengembangan motorik halus diantaranya adalah untuk meningkatkan kemampuan motorik halus anak ke arah yang lebih baik agar dapat berkembang secara optimal.

5. Faktor Faktor Yang Mempengaruhi Perkembangan Motorik Halus

Himnatul Aliyah (2022) mengemukakan bahwa faktor-faktor yang dapat mempengaruhi perkembangan motorik halus anak sebagai berikut:

- a. Faktor hereditas atau faktor bawaan sejak lahir
- b. Faktor lingkungan yang menguntungkan atau merugikan kematangan fungsi-fungsi organ dan fungsi psikis
- c. Aktivitas anak sebagai subjek bebas yang memiliki kemauan, kemampuan, emosi serta usaha untuk membangun diri sendiri

Himnatul Aliyah(2022) mengemukakan bahwa faktor-faktor yang mempercepat atau memperlambat perkembangan motorik halus antara lain:

1) Faktor Genetik

Setiap individu mempunyai beberapa faktor keturunan yang dapat menunjang perkembangan motorik misalnya otot yang kuat, syaraf yang baik, serta kecerdasan yang dapat menyebabkan perkembangan motorik individu tersebut menjadi baik dan cepat.

2) Faktor Kesehatan Pada Periode Prenatal

Janin yang selama dalam kandungan dalam keadaan sehat, tidak mengalami keracunan, tidak mengalami kekurangan gizi, tidak mengalami kekurangan vitamin dapat membantu memperlancar perkembangan motorik anak.

3) Faktor Kesulitan Dalam Melahirkan

Faktor yang termasuk kesulitan dalam melahirkan misalnya yaitu dalam perjalanan menuju kelahiran dengan menggunakan bantuan alat *vacuum*, tang, sehingga bayi mengalami kerusakan pada otak dan dapat menghambat perkembangan motorik anak.

4) Kesehatan Dan Gizi

Apabila kesehatan dan gizi baik pada awal masa kehidupan pasca melahirkan akan berpengaruh untuk mempercepat perkembangan motorik anak.

5) Rangsangan

Dengan adanya pemberian rangsangan, bimbingan serta kesempatan anak untuk menggerakkan semua bagian tubuh akan mempercepat perkembangan motorik anak.

6) Perlindungan

Perlindungan yang berlebihan sehingga anak tidak mempunyai waktu atau banyak kesempatan untuk bergerak sendiri, misalnya anak hanya terus digendong, anak ingin naik tangga tetapi tidak diperbolehkan, hal tersebut akan dapat menghambat laju perkembangan motorik anak.

7) Prematur

Prematur merupakan kelahiran sebelum masanya. Prematur biasanya dapat memperlambat perkembangan anak.

8) Kelainan

Anak yang mengalami kelainan baik secara fisik maupun psikis, sosial, serta mental biasanya akan mengalami hambatan dalam proses perkembangannya.

9) Kebudayaan

Adanya perbedaan dalam kebiasaan atau aturan daerah setempat dapat mempengaruhi perkembangan motorik anak. Misalnya ada di suatu daerah tidak mengizinkan anak perempuan untuk naik sepeda maka anak tidak akan diberi pelajaran naik sepeda roda tiga.

6. Stimulasi Perkembangan Motorik Halus

Kemampuan motorik halus anak dapat berkembang meskipun tidak memperoleh stimulasi, tetapi perkembangan atau kemampuan yang dicapai anak tidak dapat maksimal atau hanya mencapai pada batas minimal yang ada. Stimulasi yang dapat diberikan untuk anak usia 4-5 tahun melalui kegiatan sentra *cooking* dengan tujuan untuk mengembangkan motorik halusnya. Dapat dilakukan dengan beberapa kegiatan yang membutuhkan ketelitian, kecermatan, serta kesabaran untuk melakukannya. Keberhasilan pengembangan motorik halus juga dipengaruhi oleh tersedianya alat permainan dan kesempatan yang diberikan kepada anak untuk melatih berbagai gerakan.

Berikut ini merupakan beberapa contoh kegiatan *cooking class* yang dapat dilakukan untuk mengembangkan kemampuan motorik

- a. Sediakan kuas kue, sendok besar, dan pasir untuk anak.

Mengajak anak menggunakan kuas untuk menyapu pasir dimasukkan ke dalam sendok besar dan memasukan ke dalam tempat lain.

- b. Kupas jeruk, pisang dan salak

Keduanya melatih otot-otot kecil. Buatlah sate buah

- c. Cobalah makan dengan sumpit.

Bagi anak ini tentunya menjadi pengalaman dan tantangan yang menarik.

- d. Panggang roti dan ajak anak membantu menguleni adonannya.

e. Ajak anak membantu menyiapkan kudapan dan makanan utama.

Mereka bisa mengupas kentang atau wortel, memotong daun bawang, mencuci buah dan sayuran, memotong-motong sayuran (sediakan pisau plastik /gunting untuk anak kecil), dan membantu menakar. Bersih-bersih setelah makan, menyediakan kesempatan bagus untuk melatih jari-jemari ketika menggunakan spons saat mencuci piring.

Mengingat pentingnya melakukan kegiatan pengembangan dari motorik halus maka solusi yang akan dilakukan yaitu melalui kegiatan memasak meliputi mengaduk adonan, memotong bahan masakan, meremas adonan, menggulung adonan, menekan atau mencetak adonan. Melalui beberapa kegiatan tersebut antara kegiatan yang satu dengan kegiatan yang lain saling melengkapi untuk tujuan yang sama yaitu melatih keterampilan motorik halus anak. Apabila salah satu diantara beberapa kegiatan untuk mengembangkan kemampuan motorik halus tersebut tidak dapat terlaksana secara maksimal, maka akan mempengaruhi tujuan dari penerapan kegiatan untuk mengembangkan motorik halus yang lain. Diharapkan melalui kegiatan memasak untuk anak ini akan mampu menarik minat anak untuk mengikuti kegiatan belajar dan daya ingat anak akan meningkat, dan diharapkan ada peningkatan dalam keterampilan motorik halus. Sehingga sangat penting untuk

mengemas kegiatan *cooking class* agar lebih bervariasi dan menarik sehingga menimbulkan antusiasme anak.

B. Kegiatan Sentra Cooking

1. Pengertian Sentra cooking

Kegiatan di sentra *cooking* atau kelas memasak adalah salah satu kegiatan menyenangkan yang secara langsung melibatkan anak untuk bergerak dan berkreasi dengan menggunakan jari-jari tangan mereka. Menurut Pramita, sentra class merupakan wahana yang tepat untuk anak TK yang mampu menumbuhkan dan meningkatkan pengalaman belajar anak secara langsung. Pada saat yang sama, aktivitas ini mampu membangun kreativitas anak, mengenalkan bahan makanan, mengolah makanan, perpaduan warna, bahkan melatih motorik halus anak, melalui Gerakan memotong, meremas, membentuk dan mencetak. Permainan memasak merupakan kegiatan untuk mengembangkan keterampilan memasak dan cara pembuatannya dengan menggunakan bahan-bahan yang sesungguhnya dan hasilnya dapat dinikmati langsung oleh anak. Beberapa contoh dari kegiatan *cooking class* menyeduh susu, teh, atau sirup, membuat jus, memasak nasi, merebus sayur-sayuran, membuat kue sederhana.

Masak adalah kegiatan rutin yang dilakukan ibu dirumah, dalam kegiatan ini sangat memungkinkan untuk ikut melibatkan anak di dalamnya. Membiasakan anak-anak sedari kecil untuk aktif di dapur, membuat mereka bisa mengekspresikan makanan enak, mandiri di dapur

kelas, memiliki ikatan emosi dengan orang tua yang akan menjadi bekal memori manis seumur hidup, melatih kepekaan panca indera, melatih kreativitas, dan belajar menghargai waktu. Latih mereka untuk tahu apa yang mereka makan dan bagaimana makanan tersebut dibuat, sejak mereka tertarik pada makanan, bisa dimulai sejak Sekolah Taman Kanak-Kanak

2. Tahapan/Langkah-langkah Sentra *Cooking*

Melalui tahapan pelaksanaan kegiatan sentra *cooking* ini diharapkan tujuan kegiatan pengembangan dapat berlangsung secara lebih tepat dan terarahaman, menyenangkan sesuai dengan kebutuhan anak sehingga proses pengembangan dapat berlangsung lebih optimal.

a. Perencanaan

Rencana pelaksanaan pembelajaran PAUD adalah merupakan kurikulum operasional yang dijadikan acuan bagi guru untuk mengelola kegiatan bermain untuk mendukung anak dalam proses belajar.

Menurut Soemiarti, kurikulum adalah suatu perencanaan pengalaman belajar secara tertulis. Kurikulum adalah suatu usaha/kegiatan sekolah untuk merangsang anak supaya belajar dalam rangka pengembangan seluruh aspek yang ada pada dirinya, baik di dalam maupun di luar kelas serta lingkungannya. Dari batasan ini dapat dikemukakan bahwa semua upaya yang akan dilakukan dalam rangka pengembangan anak tertuang dalam

kurikulum. Ini berarti dari kurikulum dapat diketahui gambaran pengalaman belajar apa yang akan diperoleh anak.

b. Pelaksanaan

Pada pelaksanaan pembelajaran PAUD, guru harus tahu dengan jelas kegiatan pelaksanaan program yang akan dilakukan dalam pelaksanaan program. Tujuan pembelajaran apa yang akan tercapai anak dari kegiatan tersebut. Pendekatan pembelajaran pada anak-anak termasuk kegiatan sentra *cooking* dilakukan pada pedoman program kegiatan yang telah disusun sehingga pembiasaan dan kemampuan dasar yang ada pada anak dapat dikembangkan dengan sebaik-baiknya dan optimal.

Kegiatan di sentra *cooking* pada hakikatnya dapat ditanamkan pada usia dini, dengan penerapan yang sesuai dengan tingkat usia anak. Selain itu, pemahaman anak mengenai memasak akan lebih berfungsi jika dikembangkan dengan seksama melalui kegiatan pembelajaran di Taman Kanak-kanak.

c. Evaluasi

Kegiatan evaluasi merupakan suatu kesempatan untuk merefleksikan pengalaman anak serta sebagai alat untuk mengetahui kemajuan proses maupun hasil belajar yang dicapai oleh anak:

1. Observasi

Observasi adalah cara mengumpulkan data penilaian yang pengisiannya berdasarkan pengamatan langsung terhadap sikap dan perilaku anak.

2. Catatan anekdot

Catatan anekdot atau “anecdotal record” adalah kumpulan catatan tentang sikap dan perilaku anak yang khusus, baik yang positif maupun yang negatif. Kedua perilaku tersebut apabila muncul pada anak saat mengikuti kegiatan sentra cooking, harus dicatat oleh guru. Hal ini akan sangat berguna bagi pembinaan anak, dan penentuan keputusan serta layanan khusus lainnya.

3. Langkah-langkah kegiatan cooking class yang dapat dilakukan bersama anak

a. Menyiapkan bahan-bahan masakan

Ajak anak untuk ikut serta dalam menyiapkan apa saja bahan yang dibutuhkan dalam membuat suatu masakan yang akan dimasak. Sebutkan apa saja nama dari bahan-bahan tersebut, agar pengetahuan anak berkembang bisa ditambahkan *labelling* di setiap nama alat dan bahan yang digunakan sebagai unsur *literasi*.

b. *Menyiapkan peralatan memasak*

Tidak perlu menyiapkan perlengkapan banyak untuk menghasilkan masakan yang istimewa. Masakan sederhana yang dapat diciptakan bersama anak dan dapat mengikutsertakan anak dalam proses pembuatannya, hal inilah yang menjadi titik poin dalam kegiatan di sentra *cooking* bagi anak. Peralatan memasak sederhana dan tidak berbahaya yang bisa digunakan anak dengan mudah sebagai berikut:

1. Spatula plastik

Spatula plastik/silikon sangat berguna, mulai untuk menumis sampai mengaduk adonan kue.

Ajak anak-anak untuk memilih warna dan motif spatula yang mereka sukai untuk menambah antusiasme mereka di dapur sekaligus melatih rasa tanggung jawab mereka.

2. Parutan keju

Parutan keju biasa digunakan di dapur, tidak hanya untuk keju, tapi juga berguna untuk memarut sayuran seperti wortel. Bahkan juga bisa digunakan untuk memarut coklat yang dapat dijadikan garnish. Cari parutan keju yang bergagang kokoh supaya aman dipakai anak-anak.

3. Gelas ukur/timbangan

Menggunakan gelas ukur atau timbangan merupakan cara mudah untuk menghitung jumlah bahan sesuai kebutuhan yang

akan digunakan. Cara ini mempermudah anak-anak untuk ikut dalam proses menyiapkan bahan-bahan masakan. Kemampuan anak dalam mengenal angka-angka dan juga penjumlahan akan berkembang melalui kegiatan ini.

4. Saringan Santan

Saringan santan bisa dikenalkan ke anak, menambah pengetahuan ke anak asal mula santan dari kelapa yang sudah diparut, kemampuan motorik anak akan berkembang.

5. Sendok dan garpu

Meskipun merupakan alat yang sudah biasa digunakan tapi penting digunakan saat di sentra cooking.

6. Blender/Mixer

Memperkenalkan kepada anak tentang teknologi dalam mempercepat dalam proses pembuatan.

c. Mengingat pentingnya mencuci tangan sebelum memasak

Sebagai pendidik selalulah untuk mengingatkan anak-anak dalam segala hal, ajak anak untuk mencuci tangannya sekaligus mencuci bahan yang perlu dicuci

,misalnya sayur ,buah dll. Sebelum memasak berilah edukasi pada anak bahwa ditangan ada kuman yang tidak bisa terlihat karena bentuknya yang sangat kecil dan jika memasak dalam keadaan tangan bersih maka makanan yang dihasilkan juga akan sehat dan penuh nutrisi juga bisa ditambahkan untuk selalu memotong kuku supaya tidak dijadikan tempat untuk sarang kuman.

d. Tertib dalam urutan memasak

Sebelum memasak dimulai ada penjelasan terlebih dahulu oleh guru untuk urutannya sehingga anak mudah untuk diajak untuk memahami urutan dalam memasak, dan akhirnya anak mengerti prosesnya dari bahan mentah hingga matangnya.

e. Beres-beres

Setelah semua masakan telah matang, ajar anak berberes dan membersihkan semua peralatan yang telah digunakan agar kembali bersih seperti semula. Tanamkan rasa tanggung jawab di diri anak dengan kegiatan ini,sebagai guru tentunya tidak hanya memerintah tapi juga harus bisa memberi contoh yang baik untuk anak anak.

f. Makan Bersama

Setelah semua bersih kembali, saatnya mencoba hasil masakan bersama-sama. Anak akan sangat puas atas

hasil masakan yang telah mereka buat sendiri sejak awal proses hingga akhir. Rasa kepuasan inilah yang akan membuat anak semakin memiliki rasa percaya diri. Inilah salah satu tujuan penting yang ingin dicapai di sentra cooking, dalam waktu ini bisa dimasukan adab makan dan juga untuk bersyukur kepada Allah atas nikmat yang sudah diberikan.

4. Manfaat melibatkan anak dalam sentra cooking

Manfaat dari sentra cooking sangat banyak karena bisa untuk mengembangkan seluruh potensi yang dimiliki setiap anak, kegiatan di sentra cooking disesuaikan dengan prinsip pembelajaran anak usia dini yakni berpusat pada anak dan menyenangkan, dengan kegiatan yang menyenangkan anak akan tertarik, apalagi dengan melibatkan anak dalam proses memasak, anak disuguhkan dengan sumber belajar berupa bahan makanan yang akan diolah menjadi makanan. Ada kalanya anak diberi kebebasan untuk memilih dalam menentukan sesuai gagasannya dengan tidak meninggalkan aturan yang disepakati.

Berikut manfaat nyata yang bisa diperoleh dengan adanya kegiatan di sentra cooking:

a. Mengajarkan kemandirian

Belajar memasak bagi anak merupakan suatu bekal yang sangat bermanfaat ketika anak dewasa nanti. Anak akan terbiasa untuk mengerjakan segala sesuatunya sendiri. Ketika rasa lapar melanda, dia

tidak perlu menunggu sang ibu memasak makanan. Anak dapat mengerjakan sendiri asalkan bahan-bahan yang dibutuhkan sudah disiapkan dan mudah dilakukan sesuai dengan tingkat usianya, seperti membuat roti isi.

b. Melatih hidup sehat

Mengajarkan anak memasak akan membuatnya bisa membedakan makanan yang sehat dan tidak. Diharapkan dalam kesehariannya kelak, mereka akan memperhatikan pola menu-menu sehat yang ada di sekitarnya. Kebiasaan ini tidak bisa didapat secara mudah dan harus dikenalkan dan dilatih sejak dini. Dengan terbiasanya memasak dan mengolah makanan bersama orang tua, anak akan lebih menyukai masakan rumahan daripada jajan di luar. Hal ini tentunya bisa membuatnya terhindar dari perilaku boros dan membeli makanan yang belum tentu sehat.

c. Melatih emosi anak

Tidak semua orang bisa memasak. Selain rentetan resep yang harus dihafal, juga ada berbagai macam bumbu yang harus bisa dibedakan, ditambah kesabaran 40 menunggu masakan matang. Ini poin plus mengajarkan anak memasak. Jiwanya akan lebih sabar menanti sesuatu. Dia juga akan menikmati serta menghargai suatu proses tanpa bergantung kepada hal-hal instan.

d. Mengembangkan sensitifitas rasa

Belajar cita rasa merupakan modal awal anak mengenal makanan lebih lanjut. Bumbu baru boleh diperkenalkan pada anak usia satu tahun. Sebelum usia satu tahun, anak-anak disarankan menyantap rasa alami dari bahan makanan alami. Bumbu dasar yang boleh untuk anak-anak adalah yang tidak menyengat, tidak pedas, terkait kekuatan pencernaan makanan mereka.

Selama ini dikenal ada empat rasa dasar yaitu asin, manis, pahit, dan asam. Tetapi mulai tahun 1980-an, ada satu rasa dasar lagi yang dikenal dunia yaitu rasa gurih. Jadi kini ada lima rasa dasar yaitu asin, manis, pahit, asam, dan gurih. Anak-anak bisa belajar rasa bumbu, misalnya dengan cara menutup mata dan biarkan mereka mencium aroma bumbu, atau dengan cara mencicipi bumbu, pengalaman ini pasti akan sangat berkesan untuk anak dan akan di ingat.

Bumbu yang aman untuk anak-anak adalah bumbu dasar seperti garam dan gula pasir, selalu berusaha untuk menghindari bumbu instan dan pengenalan zat perasa, karena akan berakibat kurang baik untuk kesehatan. Untuk menambah kekayaan cita rasa dan aroma makanan, pakai daun bumbu dan rempah, semisal daun salam, daun jeruk, daun pandan, serai lengkuas, merica, biji pala, cengkeh dan kayumanis, bisa juga memperkaya rasa makanan dengan kaldu buatan sendiri, bisa kaldu dari bahan nabati yaitu kaldu sayuran, bisa juga dari kaldu hewani, misalnya kaldu ayam, kaldu sapi, kaldu ikan.

Selalu pakai bumbu segar demi kesehatan anakanak di masa dewasa nanti, pengenalan warna dari bahan alami juga akan menambah pengetahuan anak, misalnya warna kuning dari kunyit, warna hijau dari daun pandan atau suji dan lain lain.

Hindari pemakaian bumbu buatan atau pabrikan, seperti kaldu instan, bumbu instan, saus tomat botolan (lebih baik membuat saus tomat sendiri), bumbu penyedap rasa instan, antara lain, saus penyedap, ataupun MSG (monosodium glutamat). Untuk takaran bumbu, pakai sewajarnya saja, latih lidah perasa anak anak dengan bumbu samar agar lidah perasa memiliki sensitifitas yang baik.

Minta anak mencicipi pertama hasil masakan yang sudah jadi. Biarkan dia berkomentar tentang hasilnya. Lama-kelamaan lidahnya akan peka terhadap rasa, bumbu, maupun membedakan aroma makanan yang sudah matang sama yang masih mentah. Efeknya indra anak menjadi lebih tajam dan tersa lebih baik, anak nak akan mudah untuk mengingat rasa setelah merasakan sendiri .

e. Belajar ketelitian

Seperti dalam kegiatan memotong wortel dengan sama besar, mentimun atau sayuran lainnya, hal ini akan menanamkan sifat teliti pada anak. Biarkan dia memotong walaupun dengan tempo yang pelan, tentunya dengan pengawasan dari guru dan selalu diberi pijakan di awal untuk selalu berhati hati dalam menggunakan alat yang tajam dalam hal ini pisau. Ketelitian yang dilatihnya sendiri akan membuat

anak terbiasa bersikap teliti dan rapi dalam mengerjakan ssesuatu. Jika anak mengalami kecelakaan jari terluka atau sebagainya atau anak melakukan kesalahan, jangan dibentak atau memarahi. Sebaiknya ajarkan hal tersebut sebagai pengalaman berharga dan kesalahan yang harus dihindari. Akan dihasilkan anak dengan karakter kuat dan tidak takut untuk mencoba sesuatu hal yang baru.

f. Mengetahui makanan sehat

Sebuah studi yang dilakukan oleh Health and Consumer Protection Directorate General mendefinisikan makanan sehat sebagai makanan yang seimbang berupa sayur dan buah yang dikonsumsi secara bervariasi. Selain itu, juga menghindari makanan tinggi lemak dan tinggi garam. Studi lain juga menyatakan makanan sehat sebagai makanan yang baik secara kualitas maupun kuantitas dan terdiri dari sumber karbohidrat, lemak, protein, vitamin, dan mineral. Pada dasarnya, makanan sehat adalah makanan yang dikonsumsi dalam jumlah cukup sesuai kebutuhan.

4.Karakter yang dikembangkan Melalui Kegiatan Sentra cooking

1. Komunikasi

Dengan proses yang panjang dalam membuat suatu masakan tentunya akan dibutuhkan komunikasi dengan guru dan juga dengan teman ,sehingga terjadilah komunikasi yang aktif

2. Rasa Ingin Tahu

Dengan adanya pengenalan alat dan bahan yang belum anak-anak ketahui sebelumnya maka akan memicu rasa ingin tahu pada anak.

3. Tanggung jawab

Pembiasaan rasa tanggung jawab akan terlatih karena adanya konsekuensi yang harus diterima dan dilaksanakan sesuai kesepakatan bersama.

4. Bahagia

Rasa bahagia akan muncul pada saat hasil dari proses memasak yang dilakukan sendiri sudah muncul atau sudah selesai, melakukan sesuatu atas dasar pemberian kepercayaan, maka anak akan bangga dan bahagia.

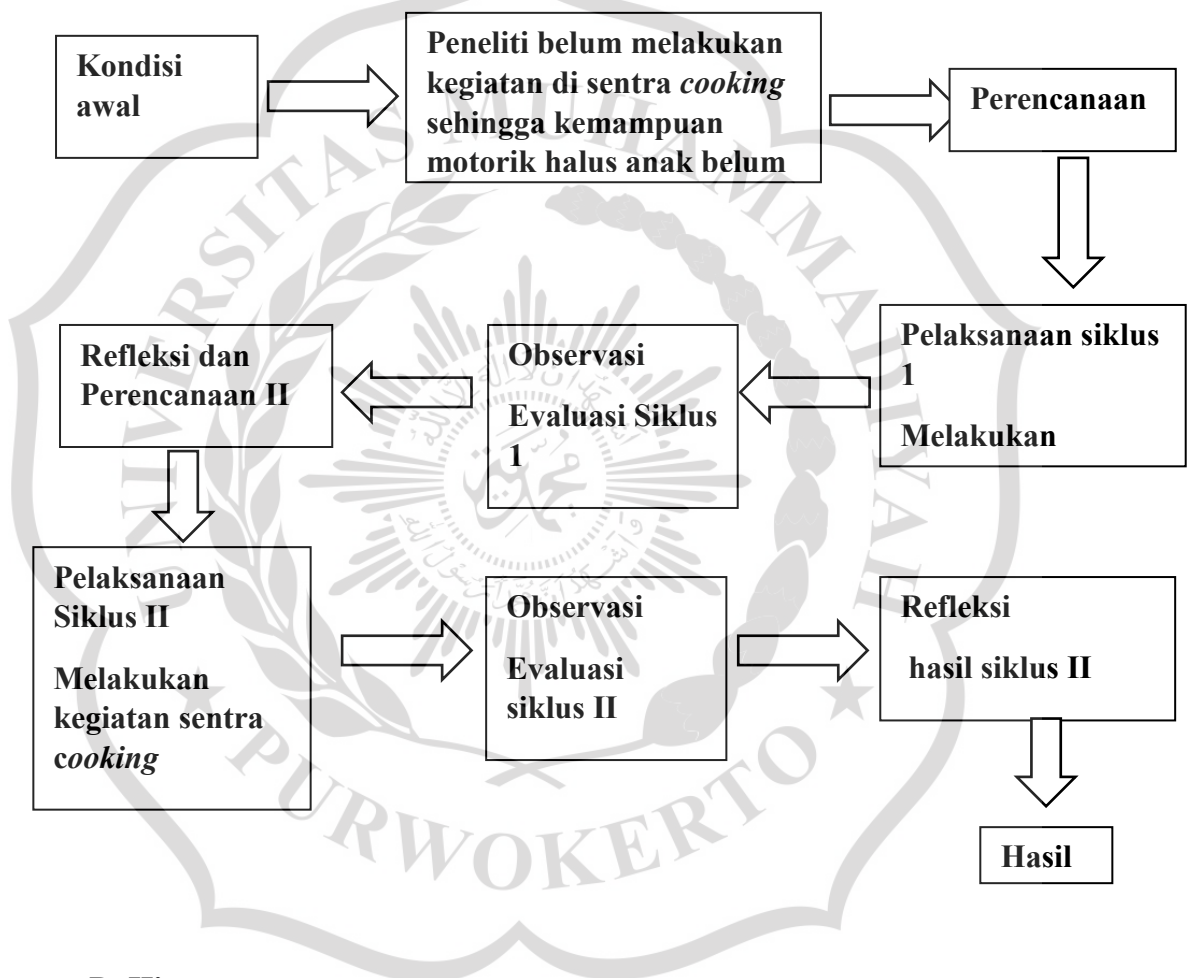
C. Kerangka Berfikir

Keberhasilan dalam proses pembelajaran anak dipengaruhi oleh dua faktor yaitu faktor intern dan eksternal. Faktor internal berasal dari diri anak itu sendiri, sedangkan faktor eksternal berasal dari guru, guru merupakan salah satu yang memiliki peran penting dalam keseluruhan proses pembelajaran. Peran guru dalam kegiatan pembelajaran adalah untuk memberikan bimbingan dalam mengoptimalkan kemampuan anak.

Keberhasilan guru dalam kegiatan pembelajaran dipengaruhi oleh kemampuan guru itu sendiri dan pemilihan metode serta cara yang tepat dan efisien, sehingga dapat meningkatkan kemampuan motorik halus anak.

Guru dapat memberikan arahan kepada anak sehingga anak dapat aktif dalam kegiatan pembelajaran. Dalam hal ini guru dapat menggunakan kegiatan bermain di dalam sentra *cooking*, melalui sentra *cooking* diharapkan untuk dapat meningkatkan kemampuan motorik halus anak.

Bagan Kerangka berfikir dalam penelitian ini sebagai berikut :



D. Hipotesa

Hipotesis Tindakan dalam penelitian ini adalah kegiatan di sentra *cooking* dapat meningkatkan kemampuan motorik halus anak kelompok B TKIT Salahudin Al Ayubi Sokaraja.