

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN REKOMENDASI**

#### **5.1 Simpulan**

Simpulan dibuat berdasarkan tujuan penelitian, hasil pengolahan data dan pembahasan penelitian, maka dapat diuraikan simpulan sebagai berikut:

##### **a. Pembiasaan Perilaku Sebelum Makan**

- (1) Guru : Pembiasaan perilaku sebelum makan yang dilakukan oleh guru pada anak prasekolah seluruhnya telah dilakukan, mulai dari mencuci tangan sebelum makan, mengarahkan anak-anak untuk tertib saat mengambil makanan, memberi tahu anak-anak untuk mengambil makanann secukupnya dan tidak berlebihan, mengajak anak untuk duduk ketika akan memulai makan, sampai dengan membimbing anak untuk berdoa sebelum makan.
- (2) Anak : Pembiasaan perilaku sebelum makan seluruhnya telah dilakukan oleh anak prasekolah dengan baik, mulai dari mencuci tangan sebelum makan, tertib saat mengambil makanan, mengambil makanan secukupnya dan tidak berlebihan, duduk ketika akan memulai makan, sampai dengan berdoa sebelum makan.

##### **b. Pembiasaan Perilaku Saat Makan**

- (1) Guru : Pembiasaan perilaku saat makan yang dilakukan oleh guru pada anak prasekolah, mulai dari mengarahkan anak untuk duduk ketika makan, membimbing anak untuk menggunakan peralatan makan dengan benar, mengajak anak untuk makan menggunakan tangan kanan, mengarahkan anak-anak untuk tidak berebut makanan, mengajak anak untuk tidak berbicara ketika makan, memberi tahu anak untuk menyuap makanan sedikit demi sedikit sampai dengan mengajak anak untuk menghabiskan makanan yang disediakan telah dilakukan. Tetapi, pada kegiatan pembiasaan yang berkaitan dengan anak untuk tidak bersandar ketika makan, tidak *mengecap* ketika makan, dan tidak mencela makanan jika tidak menyukai masih perlu bimbingan.
- (2) Anak : Pembiasaan perilaku saat makan yang dilakukan oleh anak prasekolah telah dilakukan mulai dari duduk ketika makan, menggunakan

- (3) peralatan makan dengan benar, makan menggunakan tangan kanan, tidak mencela mencela makanan jika tidak menyukai, tidak bersandar ketika makan, tidak *mengecap* ketika makan, menyuap makanan sedikit demi sedikit, tidak berebut makanan, tidak makan menggunakan tangan kiri ketika makan, sampai dengan menghabiskan makanan yang disediakan telah dilakukan. Tetapi, pada aspek untuk tidak berbicara ketika makan masih perlu bimbingan dari guru.

### c. Pembiasaan Perilaku Setelah Makan

- (1) Guru : Pembiasaan perilaku setelah makan yang dilakukan oleh guru pada anak prasekolah, mulai dari mengajak anak untuk berdoa setelah makan, mengarahkan anak-anak untuk membuang sampah pada tempatnya, memberi tahu anak untuk merapikan kembali peralatan makan yang telah digunakan, serta mengajak anak untuk mencuci tangan setelah makan. Tetapi, kegiatan pembiasaan yang berkaitan dengan menutup mulut jika bersendawa dan memungut makanan yang terjatuh dari tempat makan masih perlu diperhatikan.
- (2) Anak : Pembiasaan perilaku setelah makan yang dilakukan oleh anak prasekolah telah dilakukan mulai dari menutup mulut jika bersendawa, berdoa setelah makan, membuang sampah pada tempatnya, merapikan kembali peralatan makan yang telah digunakan sampai dengan mencuci tangan setelah makan telah dilakukan. Tetapi, pada aspek untuk memungut makanan yang terjatuh dari tempat makan masih perlu bantuan dari guru.

## 5.2 Rekomendasi

Rekomendasi yang peneliti ajukan berdasarkan hasil penelitian mengenai pembiasaan perilaku makan pada anak prasekolah di TK Al – Irsyad Al – Islamiyyah Kota Bandung, akan dikemukakan sebagai berikut.

- a. Bagi guru hendaknya mengingatkan kembali kebiasaan yang kurang baik pada anak untuk hal-hal yang belum terlaksana, seperti mengingatkan anak untuk tidak bersandar ketika makan, tidak *mengecap* ketika makan, menutup mulut jika bersendawa, dan memungut makanan yang terjatuh dari tempat makan. Salah satu cara yang dapat dilakukan oleh guru dalam meningkatkan pembiasaan perilaku makan yang baik pada anak prasekolah dengan cara

membuat media pembelajaran seperti video. Dalam video tersebut menampilkan cara-cara makan yang baik bagi anak, video tersebut diputar selama pembiasaan makan berlangsung, sehingga anak-anak dapat mencontoh perilaku yang terdapat dalam video tersebut.

- b. Penelitian ini dapat dilanjutkan dengan variabel lain yaitu tentang bagaimana upaya yang dilakukan oleh guru dalam membiasakan perilaku makan pada anak prasekolah yang dimana di dalamnya memuat upaya-upaya untuk menyukkseskan pembiasaan perilaku makan pada anak prasekolah yang baik dan benar, karena pembiasaan merupakan salah satu dari bidang pengembangan PAUD.