



**Murhum : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini**

e-ISSN: 2723-6390, hal. 2149-2160

Vol. 7, No. 1, Juli 2026

DOI: 10.37985/murhum.v7i1.2238

## **Optimalisasi Kreativitas Anak Usia 5-6 Tahun melalui Bermain Kreasi Makanan Sehat**

**Fauziyah<sup>1</sup>, Abdul Muiz Rouf<sup>2</sup> dan Cucu Sopiya<sup>3</sup>**

*<sup>1,2,3</sup> Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Universitas Muhammadiyah Cirebon*

**ABSTRAK.** Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kreativitas anak usia 5–6 tahun melalui kegiatan bermain kreasi makanan sehat. Penelitian ini dilatarbelakangi oleh rendahnya kreativitas anak dalam proses pembelajaran, yang terlihat dari kurangnya kemampuan anak dalam berimajinasi, mengembangkan ide, dan menciptakan karya yang bervariasi. Metode penelitian yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan model yang terdiri atas tahap perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi dalam dua siklus. Subjek penelitian berjumlah 14 anak usia 5–6 tahun di lembaga PAUD. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi dan dokumentasi, sedangkan analisis data menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif dan kualitatif. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan kreativitas anak pada setiap siklus. Pada tahap pra siklus, anak yang mencapai kategori kreativitas baik sebanyak 6 anak (43%). Pada siklus I meningkat menjadi 8 anak (57%), dan pada siklus II meningkat signifikan menjadi 12 anak (86%). Peningkatan kreativitas terlihat dari kemampuan anak dalam mengombinasikan bahan makanan, menuangkan ide secara kreatif, serta menghasilkan karya yang lebih variatif dan menarik. Dengan demikian, metode bermain kreasi makanan sehat terbukti efektif dalam meningkatkan kreativitas anak usia dini.

**Kata Kunci :** Kreativitas; Anak Usia Dini; Bermain; Makanan Sehat

**ABSTRACT.** This study aimed to improve the creativity of children aged 5–6 years through healthy food creation play activities. The background of this study was the low level of children's creativity in the learning process, as indicated by their limited ability to imagine, develop ideas, and create varied works. The research method used was Classroom Action Research (CAR), which consisted of planning, action, observation, and reflection stages conducted in two cycles. The research subjects were 14 children aged 5–6 years in an early childhood education institution. Data collection techniques were carried out through observation and documentation, while the data were analyzed using descriptive quantitative and qualitative approaches. The results showed an increase in children's creativity in each cycle. In the pre-cycle stage, 6 children (43%) achieved the good creativity category. In Cycle I, the number increased to 8 children (57%), and in Cycle II it increased significantly to 12 children (86%). The improvement could be seen from the children's ability to combine food ingredients, express creative ideas, and produce more varied and interesting works. Therefore, the healthy food creation play method was proven effective in improving early childhood creativity.

**Keyword :** Creativity; Early Childhood; Play; Healthy Food

Copyright (c) 2026 Fauziyah dkk.

✉ Corresponding author : Fauziyah

Email Address : fauziyahasgarad@gmail.com

Received 9 Mei 2026, Accepted 9 Juni 2026, Published 9 Juni 2026

## PENDAHULUAN

Kreativitas merupakan salah satu aspek penting yang perlu dikembangkan pada anak usia dini karena berperan dalam membentuk kemampuan berpikir, berimajinasi, memecahkan masalah, dan mengekspresikan gagasan secara bebas. Pada usia 5–6 tahun, anak berada pada masa emas perkembangan (*golden age*), yaitu periode ketika seluruh potensi perkembangan anak tumbuh sangat pesat dan memerlukan stimulasi yang tepat. Dalam konteks pendidikan anak usia dini, kreativitas tidak hanya dipahami sebagai kemampuan menghasilkan karya, tetapi juga kemampuan anak dalam menemukan ide baru, menggabungkan pengalaman, serta mengekspresikan diri melalui aktivitas yang bermakna. Menurut Kao, kreativitas merupakan kemampuan untuk menghasilkan sesuatu yang baru melalui proses berpikir divergen dan imajinatif [1],[2]. Oleh karena itu, pembelajaran di PAUD perlu dirancang secara aktif, menyenangkan, dan memberikan ruang yang luas bagi anak untuk bereksplorasi sesuai dengan karakteristik perkembangannya.

Pengembangan kreativitas anak usia dini secara yuridis telah diamanatkan dalam Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional yang menegaskan bahwa pendidikan anak usia dini bertujuan memberikan stimulasi untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani maupun rohani anak agar siap memasuki pendidikan selanjutnya [3]. Hal ini diperkuat melalui Standar Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak (STPPA) yang menyatakan bahwa anak usia 5–6 tahun diharapkan mampu menunjukkan perilaku kreatif, imajinatif, dan mampu berekspresi melalui berbagai aktivitas bermain dan berkarya [4]. Dengan demikian, pembelajaran di PAUD seharusnya tidak hanya berfokus pada aspek akademik, tetapi juga memberikan pengalaman belajar yang dapat menumbuhkan kreativitas anak secara optimal.

Namun, berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan di PAUD Nangka Astanalanggar Losari pada kelompok B yang berjumlah 14 anak usia 5–6 tahun, ditemukan bahwa kreativitas anak belum berkembang secara optimal. Dari 14 anak, hanya 6 anak atau sekitar 43% yang menunjukkan perkembangan kreativitas dengan baik, sedangkan sebagian besar anak lainnya masih mengalami kesulitan dalam mengekspresikan ide, berimajinasi, dan menghasilkan karya secara mandiri. Kondisi tersebut terlihat dari kegiatan pembelajaran yang masih bersifat instruktif dan berpusat pada guru, sehingga anak lebih sering meniru contoh yang diberikan daripada mengembangkan gagasan sendiri. Anak juga belum memperoleh kesempatan yang cukup untuk terlibat dalam kegiatan pembelajaran berbasis pengalaman langsung (*hands-on learning*) yang mampu menstimulasi kreativitasnya.

Permasalahan tersebut menunjukkan adanya kesenjangan antara harapan teoritis dengan praktik pembelajaran di lapangan. Secara teoritis, anak usia dini belajar secara aktif melalui pengalaman konkret, bermain, dan interaksi langsung dengan lingkungan menjelaskan bahwa anak usia dini memperoleh pengalaman belajar terbaik melalui aktivitas bermain yang melibatkan eksplorasi dan pengalaman nyata. [5] juga menegaskan bahwa kreativitas anak berkembang ketika anak diberikan kebebasan untuk mencoba, mengeksplorasi, dan menciptakan sesuatu berdasarkan imajinasinya

sendiri. Akan tetapi, pada kenyataannya proses pembelajaran di PAUD masih banyak didominasi metode ceramah dan pemberian contoh secara langsung, sehingga kesempatan anak untuk berpikir kreatif menjadi terbatas.

Selain faktor metode pembelajaran, rendahnya kreativitas anak juga dipengaruhi oleh kurangnya rasa percaya diri dan keberanian anak dalam mengekspresikan ide. Beberapa anak terlihat ragu, takut salah, dan kurang percaya diri ketika diminta membuat karya sendiri. [6] menjelaskan bahwa perkembangan kreativitas anak sangat dipengaruhi oleh dukungan lingkungan sosial dan kesempatan berekspresi yang diberikan oleh orang dewasa. Lingkungan belajar yang terlalu menekankan hasil akhir dan kurang memberikan kebebasan bereksplorasi dapat menghambat perkembangan kreativitas anak.

Permasalahan lainnya adalah kegiatan pembelajaran belum terintegrasi dengan pengalaman kontekstual dalam kehidupan sehari-hari anak, termasuk pembiasaan hidup sehat. Pembelajaran mengenai makanan sehat masih lebih banyak disampaikan secara verbal tanpa melibatkan anak secara aktif dalam kegiatan kreatif. Padahal, pembelajaran yang bermakna dan kontekstual lebih mudah dipahami anak serta mampu meningkatkan keterlibatan dan kreativitasnya. [7] menyatakan bahwa anak akan lebih mudah memahami konsep pembelajaran apabila dikaitkan dengan pengalaman nyata dan aktivitas yang menyenangkan.

Berdasarkan kondisi tersebut, diperlukan suatu strategi pembelajaran yang inovatif, menyenangkan, dan sesuai dengan karakteristik perkembangan anak usia dini. Salah satu alternatif yang dapat diterapkan adalah metode bermain kreasi makanan sehat. Metode ini merupakan kegiatan bermain yang melibatkan anak secara langsung dalam menyusun, menghias, dan menciptakan bentuk makanan sehat berdasarkan imajinasi dan kreativitas mereka. Kegiatan ini tidak hanya memberikan pengalaman belajar konkret, tetapi juga memberikan kesempatan kepada anak untuk bereksplorasi, berimajinasi, serta mengekspresikan ide secara bebas.

Secara teoritis, metode bermain sangat sesuai diterapkan pada anak usia dini karena anak belajar melalui aktivitas yang menyenangkan dan bermakna. [8] menyatakan bahwa bermain merupakan sarana utama anak untuk belajar dan mengembangkan seluruh potensinya. Sementara itu, [9] menjelaskan bahwa kreativitas anak akan berkembang secara optimal apabila anak berada dalam suasana belajar yang menyenangkan, bebas tekanan, dan memberikan ruang berekspresi secara luas. Dalam konteks bermain kreasi makanan sehat, anak tidak hanya belajar mengenai makanan sehat, tetapi juga mengembangkan kreativitas melalui proses memilih bahan, mengombinasikan bentuk, menghias makanan, serta menciptakan karya yang unik sesuai imajinasinya.

Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa kegiatan bermain kreatif efektif dalam meningkatkan kreativitas anak usia dini. Penelitian [10] menunjukkan bahwa metode bermain berbasis seni mampu meningkatkan kemampuan anak dalam mengekspresikan ide dan menghasilkan karya yang variatif. Penelitian [11] juga menemukan bahwa kegiatan pengolahan makanan sederhana dapat meningkatkan kreativitas dan kemandirian anak usia 5-6 tahun. Selain itu, [12] menyimpulkan bahwa

metode bermain kreasi efektif meningkatkan kemampuan anak dalam menghasilkan ide baru dan mengekspresikan gagasan secara bebas. Namun demikian, penelitian yang secara khusus mengkaji penerapan metode bermain kreasi makanan sehat untuk meningkatkan kreativitas anak usia 5–6 tahun di PAUD Nangka Astanalanggar Losari masih terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini memiliki kebaruan pada penggunaan kegiatan kreasi makanan sehat sebagai media pembelajaran kreatif yang terintegrasi dengan pembiasaan hidup sehat pada anak usia dini.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kondisi awal kreativitas anak usia 5–6 tahun, mendeskripsikan proses penerapan metode bermain kreasi makanan sehat, serta mengetahui peningkatan kreativitas anak setelah diterapkannya metode tersebut di PAUD Nangka Astanalanggar Losari. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoritis dalam pengembangan strategi pembelajaran kreatif pada pendidikan anak usia dini, serta memberikan manfaat praktis bagi guru dalam menciptakan pembelajaran yang aktif, menyenangkan, dan kontekstual sesuai dengan kebutuhan perkembangan anak.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan pendekatan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan model Kemmis dan McTaggart yang terdiri atas empat tahapan, yaitu perencanaan (planning), pelaksanaan tindakan (action), observasi (observation), dan refleksi (reflection) [13]. Model ini dipilih karena sesuai untuk memperbaiki proses pembelajaran secara bertahap dan berkelanjutan melalui tindakan yang dirancang berdasarkan hasil refleksi pada setiap siklus. Penelitian dilaksanakan dalam dua siklus, dan setiap siklus terdiri atas tahap perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, serta refleksi.

Penelitian dilaksanakan di PAUD Nangka Astanalanggar Losari yang beralamat di Jl. Rogayah Dusun Mengger RT 01 RW 07 Desa Astanalanggar, Kecamatan Losari, Kabupaten Cirebon. Subjek penelitian adalah anak kelompok B usia 5–6 tahun yang berjumlah 14 anak, terdiri atas 10 anak laki-laki dan 4 anak perempuan. Pemilihan lokasi penelitian didasarkan pada hasil observasi awal yang menunjukkan bahwa kreativitas anak belum berkembang secara optimal. Dari 14 anak, hanya 6 anak yang menunjukkan perkembangan kreativitas dengan baik, sedangkan 8 anak lainnya masih cenderung meniru contoh guru, kurang berani mengembangkan ide sendiri, dan belum aktif dalam kegiatan kreatif. Penelitian dilaksanakan selama kurang lebih lima bulan, dimulai dari penyusunan proposal hingga pelaksanaan tindakan dan pengolahan data penelitian.

Tindakan yang diberikan dalam penelitian ini berupa penerapan metode bermain kreasi makanan sehat untuk meningkatkan kreativitas anak usia 5–6 tahun. Pada tahap perencanaan, peneliti menyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Harian (RPPH), menentukan tema kegiatan, menyiapkan alat dan bahan makanan sehat yang aman digunakan anak, menyusun instrumen observasi, serta menetapkan indikator keberhasilan penelitian. Tahap pelaksanaan tindakan dilakukan melalui kegiatan

bermain kreasi makanan sehat yang melibatkan anak secara langsung dalam menyusun, membentuk, dan menghias makanan sesuai imajinasi mereka. Guru berperan sebagai fasilitator yang memberikan stimulasi dan pendampingan selama kegiatan berlangsung. Tahap observasi dilakukan secara bersamaan dengan pelaksanaan tindakan untuk mengamati aktivitas dan perkembangan kreativitas anak. Selanjutnya, tahap refleksi dilakukan dengan menganalisis hasil observasi guna mengetahui keberhasilan tindakan dan menentukan perbaikan pada siklus berikutnya.

Instrumen penelitian yang digunakan berupa lembar observasi kreativitas anak yang disusun berdasarkan indikator kreativitas meliputi kelancaran (fluency), keluwesan (flexibility), keaslian (originality), dan elaborasi (elaboration). Penilaian menggunakan kategori perkembangan anak usia dini, yaitu Belum Berkembang (BB), Mulai Berkembang (MB), Berkembang Sesuai Harapan (BSH), dan Berkembang Sangat Baik (BSB). Selain lembar observasi, penelitian juga menggunakan dokumentasi berupa foto kegiatan dan hasil karya anak sebagai data pendukung.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi, unjuk kerja, dan dokumentasi [14]. Observasi digunakan untuk memperoleh data mengenai aktivitas dan perkembangan kreativitas anak selama proses pembelajaran berlangsung. Teknik unjuk kerja digunakan untuk menilai kemampuan anak melalui pengamatan langsung terhadap proses dan hasil kegiatan kreasi makanan sehat. Sementara itu, dokumentasi digunakan untuk memperkuat data penelitian melalui bukti visual dan catatan kegiatan selama penelitian berlangsung.

Data penelitian dianalisis menggunakan teknik deskriptif kualitatif dan kuantitatif. Analisis data kualitatif dilakukan melalui tahapan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan untuk mendeskripsikan aktivitas anak, respons anak, dan proses pembelajaran selama tindakan berlangsung. Analisis data kuantitatif dilakukan dengan menghitung persentase dan rata-rata perkembangan kreativitas anak pada setiap siklus [15]. Persentase perkembangan dihitung menggunakan rumus:

$$\text{Presentase} = \frac{\text{sekor yang diperoleh}}{\text{sekor maksimum}} \times 100\%$$

Keterangan:

P=Persentase pencapaian

f=Jumlah skor yang diperoleh

N = Skor maksimal

Sedangkan rata-rata dihitung dengan rumus:

$$\bar{x} = \frac{\sum X}{N}$$

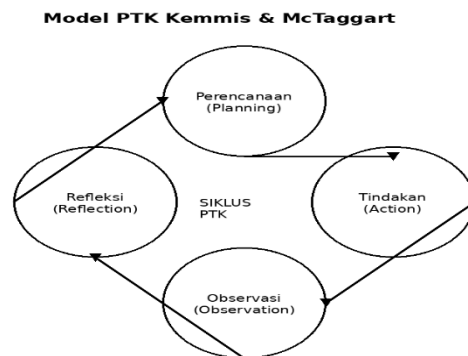
Keterangan:

Σx = Jumlah sekor seluruh anak

N = Jumlah anak

Keabsahan data dilakukan melalui triangulasi teknik, yaitu membandingkan hasil observasi, unjuk kerja, dan dokumentasi untuk memperoleh data yang objektif dan dapat dipercaya. Indikator keberhasilan penelitian ditetapkan apabila minimal 80% anak mencapai kategori Berkembang Sesuai Harapan (BSH) dan Berkembang Sangat Baik (BSB) pada indikator kreativitas yang diamati. Selain itu, keberhasilan juga ditandai

dengan meningkatnya kemampuan anak dalam menghasilkan ide, mengombinasikan bahan makanan secara variatif, serta keberanian anak dalam menampilkan dan menjelaskan hasil karyanya selama kegiatan bermain kreasi makanan sehat berlangsung.

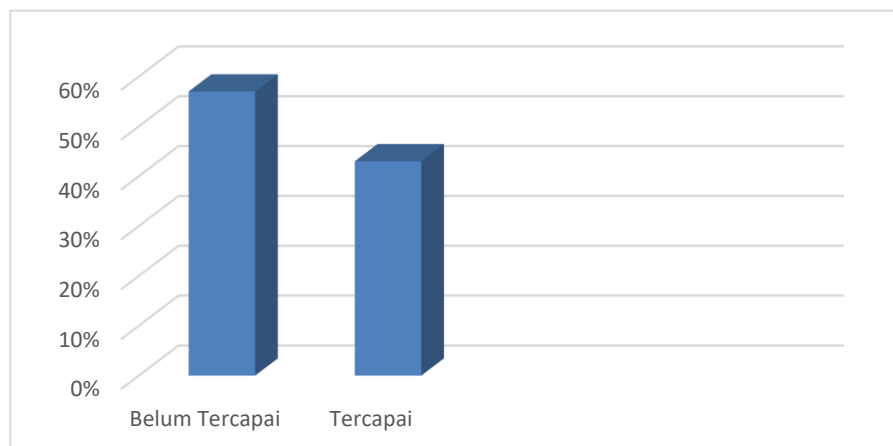


**Gambar 1. Siklus Penelitian Tindakan Kelas**

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian tindakan kelas ini dilaksanakan di PAUD Nangka Desa Astanalanggar Kecamatan Losari Kabupaten Cirebon dengan subjek penelitian sebanyak 14 anak Kelompok B usia 5–6 tahun yang terdiri atas 10 anak laki-laki dan 4 anak perempuan. Penelitian dilakukan dalam dua siklus dengan masing-masing dua kali pertemuan melalui penerapan metode bermain kreasi makanan sehat untuk meningkatkan kreativitas anak.

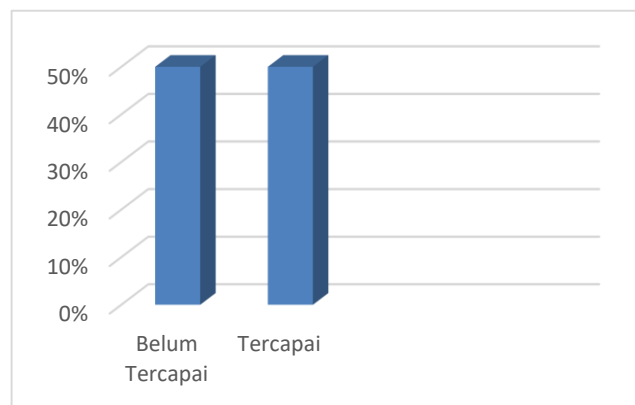
Hasil pra siklus, berdasarkan hasil observasi awal (pra siklus), kemampuan kreativitas anak masih berada pada kategori rendah. Anak cenderung meniru contoh yang diberikan guru dan belum mampu menghasilkan variasi ide secara mandiri. Kreativitas anak diukur melalui empat indikator, yaitu kelancaran (fluency), keluwesan (flexibility), keaslian (originality), dan elaborasi (elaboration). Hasil pra siklus menunjukkan bahwa dari 14 anak hanya 6 anak (43%) yang mencapai kategori tercapai, sedangkan 8 anak (57%) masih berada pada kategori belum tercapai. Kondisi ini terlihat ketika anak membuat bentuk atau gambar yang sama dengan teman-temannya dan masih membutuhkan bantuan guru dalam mengembangkan ide.



**Gambar 2. Hasil Tindakan Pra Siklus**

Hasil Siklus I, penerapan metode bermain kreasi makanan sehat pada Siklus I mulai menunjukkan perubahan positif terhadap perkembangan kreativitas anak. Pada pertemuan pertama Siklus I, jumlah anak yang mencapai kategori tercapai meningkat menjadi 7 anak (50%), sedangkan 7 anak lainnya masih berada pada kategori belum tercapai. Anak mulai menunjukkan keberanian memilih bahan, menyusun bentuk makanan, dan mengembangkan gagasan sederhana sesuai imajinasi masing-masing. Meskipun demikian, sebagian anak masih ragu dalam menghasilkan karya yang berbeda dari teman-temannya serta belum mampu memperinci hasil kreasi secara optimal.

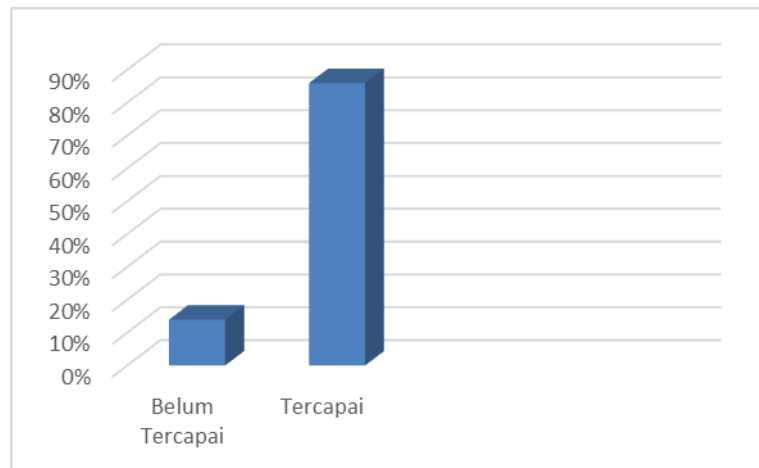
Pada pertemuan kedua Siklus I, peningkatan kreativitas terlihat lebih jelas. Anak yang mencapai kategori tercapai meningkat menjadi 8 anak (57%), sedangkan 6 anak (43%) masih berada pada kategori belum tercapai. Anak mulai mampu menghasilkan variasi ide yang lebih beragam, memadukan warna bahan makanan, serta menunjukkan keberanian dalam membuat bentuk yang berbeda. Pada indikator elaborasi, beberapa anak mulai mampu menambahkan detail pada hasil kreasinya, meskipun sebagian lainnya masih memerlukan pendampingan guru.



**Gambar 3. Hasil Tindakan Siklus I**

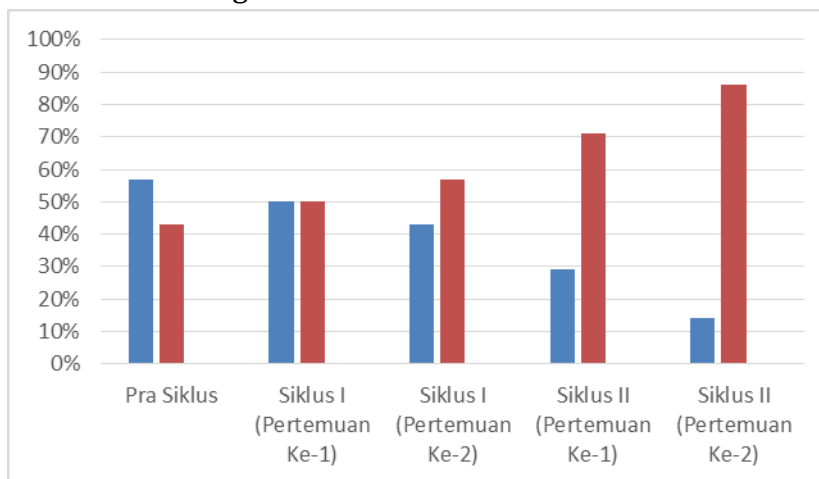
Hasil Siklus II, pelaksanaan tindakan pada Siklus II dilakukan dengan memberikan tantangan yang lebih kompleks dan kebebasan berekspresi yang lebih luas kepada anak. Pada pertemuan pertama Siklus II, hasil observasi menunjukkan peningkatan yang signifikan. Sebanyak 10 anak (71%) telah mencapai kategori tercapai, sedangkan 4 anak (29%) masih berada pada kategori belum tercapai. Anak terlihat lebih percaya diri dalam menentukan desain makanan, memilih bahan yang bervariasi, serta mulai mampu menjelaskan ide dari hasil kreasinya.

Peningkatan kreativitas mencapai hasil optimal pada pertemuan kedua Siklus II. Hasil observasi menunjukkan bahwa sebanyak 12 anak (86%) telah mencapai kategori tercapai, sedangkan hanya 2 anak (14%) yang masih berada pada kategori belum tercapai. Anak mampu menghasilkan karya yang lebih unik, berani memadukan berbagai bahan makanan secara kreatif, serta mampu memperinci detail hiasan pada hasil karyanya. Selain itu, anak juga menunjukkan peningkatan dalam kemampuan mengembangkan ide, berpikir fleksibel, dan menyelesaikan masalah sederhana selama proses bermain berlangsung.



**Gambar 4. Hasil Tindakan Siklus II**

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan kreativitas anak pada setiap siklus. Pada tahap pra siklus persentase ketercapaian hanya mencapai 43%, meningkat menjadi 57% pada akhir Siklus I, kemudian meningkat kembali menjadi 86% pada akhir Siklus II. Peningkatan tersebut membuktikan bahwa metode bermain kreasi makanan sehat efektif dalam meningkatkan kreativitas anak usia 5–6 tahun di PAUD Nangka.



**Gambar 5. Perbandingan Hasil Tindakan Pra Siklus, Siklus I, Siklus II**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan metode bermain kreasi makanan sehat mampu meningkatkan kreativitas anak usia 5–6 tahun secara signifikan. Peningkatan kreativitas terlihat pada seluruh indikator, yaitu kelancaran dalam menghasilkan ide, keluwesan dalam menggunakan variasi bahan, keaslian dalam menciptakan bentuk yang unik, serta elaborasi dalam memperinci hasil karya. Proses peningkatan tersebut terjadi secara bertahap melalui pengalaman belajar yang memberikan kesempatan kepada anak untuk bereksplorasi secara langsung.

Pada kondisi awal, kreativitas anak masih rendah karena pembelajaran yang berlangsung sebelumnya cenderung berpusat pada guru. Anak lebih banyak mengikuti contoh sehingga kesempatan untuk mengekspresikan ide dan imajinasi secara bebas masih terbatas. Kondisi tersebut menyebabkan anak kurang percaya diri dalam menghasilkan karya yang berbeda dari teman-temannya. Setelah diterapkan metode bermain kreasi makanan sehat, anak memperoleh pengalaman belajar yang lebih

konkret dan menyenangkan. Anak diberi kesempatan memilih bahan, menentukan bentuk, serta mengembangkan hasil kreasi sesuai dengan gagasan masing-masing. Situasi pembelajaran yang aktif dan menyenangkan tersebut mampu meningkatkan keterlibatan anak selama kegiatan berlangsung.

Peningkatan kreativitas pada Siklus I menunjukkan bahwa kegiatan bermain kreasi makanan sehat mampu menstimulasi kemampuan berpikir kreatif anak. Pada tahap ini, anak mulai menunjukkan kemampuan menghasilkan berbagai ide sederhana dan mencoba menggunakan bahan yang berbeda. Namun, kemampuan keaslian dan elaborasi masih belum berkembang secara optimal karena sebagian anak masih meniru hasil karya temannya. Oleh sebab itu, pada Siklus II guru memberikan strategi pembelajaran yang lebih terbuka melalui pertanyaan pemantik, pemberian variasi bahan yang lebih banyak, serta kebebasan anak dalam menentukan bentuk kreasi. Strategi tersebut terbukti mampu meningkatkan rasa percaya diri anak untuk menghasilkan karya yang lebih orisinal.

Temuan penelitian ini sejalan dengan teori konstruktivisme yang menyatakan bahwa anak belajar secara aktif melalui pengalaman langsung dan interaksi dengan lingkungan [16],[17],[18]. Kegiatan bermain kreasi makanan sehat memberikan kesempatan kepada anak untuk membangun pengetahuan melalui proses mencoba, mengamati, memadukan bahan, dan memperbaiki hasil karyanya sendiri. Melalui kegiatan tersebut, anak tidak hanya belajar mengenai makanan sehat, tetapi juga mengembangkan kemampuan berpikir kreatif dan pemecahan masalah sederhana.

Hasil penelitian ini juga mendukung pendapat [19] bahwa bermain merupakan pendekatan yang efektif dalam pendidikan anak usia dini karena sesuai dengan karakteristik perkembangan anak. Melalui bermain, anak dapat belajar tanpa tekanan sehingga lebih mudah mengekspresikan ide dan imajinasi [20]. Aktivitas bermain kreasi makanan sehat terbukti mampu menciptakan suasana belajar yang menyenangkan, meningkatkan motivasi belajar, serta memperkuat interaksi sosial antar anak dalam kelompok.

Selain meningkatkan kreativitas, metode bermain kreasi makanan sehat juga memberikan dampak positif terhadap perkembangan sosial dan emosional anak [21],[22]. Anak terlihat lebih percaya diri saat mempresentasikan hasil karya, mampu bekerja sama dalam kelompok, serta berani mengemukakan pendapat. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa kegiatan bermain yang dirancang secara kreatif dapat memberikan stimulasi perkembangan anak secara menyeluruh.

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa metode bermain kreasi makanan sehat efektif dalam meningkatkan kreativitas anak usia 5-6 tahun di PAUD Nangka. Peningkatan terlihat secara bertahap dari pra siklus hingga Siklus II, baik pada aspek kelancaran, keluwesan, keaslian, maupun elaborasi. Dengan demikian, metode bermain kreasi makanan sehat dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif pembelajaran yang inovatif dan menyenangkan untuk mengembangkan kreativitas anak usia dini.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tindakan kelas yang dilaksanakan pada anak Kelompok B PAUD Nangka, dapat disimpulkan bahwa penerapan metode bermain kreasi makanan sehat terbukti efektif dalam meningkatkan kreativitas anak usia 5–6 tahun, terutama pada aspek kelancaran (*fluency*), keluwesan (*flexibility*), keaslian (*originality*), dan elaborasi (*elaboration*). Kebaruan *novelty* penelitian ini terletak pada penggunaan aktivitas kreasi makanan sehat sebagai media pembelajaran kreatif yang tidak hanya berorientasi pada hasil karya, tetapi juga menekankan proses eksplorasi ide, pemecahan masalah, kolaborasi, serta keberanian anak dalam mengekspresikan imajinasi secara mandiri melalui pengalaman konkret dan menyenangkan. Metode ini memberikan kontribusi terhadap pengembangan pembelajaran anak usia dini dengan menghadirkan strategi yang lebih kontekstual, aktif, dan eksploratif sehingga mampu menciptakan suasana belajar yang bermakna serta meningkatkan partisipasi dan rasa percaya diri anak dalam berkreativitas. Dengan demikian, bermain kreasi makanan sehat dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif model pembelajaran inovatif dalam mengembangkan kreativitas anak usia dini secara optimal di lingkungan PAUD.

## PENGHARGAAN

Penulis mengungkapkan terima kasih kepada Universitas Muhammadiyah Cirebon yang telah menjadi tempat penulis menempuh pendidikan serta memberikan dukungan dalam pelaksanaan penelitian ini. Rasa hormat dan apresiasi yang mendalam juga penulis sampaikan kepada Abdul Muiz Rouf, dan Cucu Sopiya, yang dengan penuh kesabaran telah memberikan arahan, bimbingan, serta berbagai masukan konstruktif selama proses penyusunan karya ilmiah ini. Penulis turut menyampaikan terima kasih kepada PAUD Nangka Astanalanngar Losari atas kesempatan, kerja sama, serta dukungan fasilitas yang diberikan selama kegiatan penelitian berlangsung.

## REFERENSI

- [1] D. N. Munahefi, K. Kartono, B. Waluya, dan D. Dwijanto, "Kemampuan berpikir kreatif matematis pada tiap gaya berpikir gregorc," in *PRISMA, Prosiding Seminar Nasional Matematika*, 2020, vol. 3, hal. 650–659. [Daring]. Tersedia pada: <https://journal.unnes.ac.id/sju/prisma/article/view/37590>
- [2] M. I. Asrofi dan E. Masnawati, "Peran Kreativitas Dalam Perkembangan Kognitif dan Sosial Anak," *Indones. J. Res. Serv. Stud.*, vol. 1, no. 2, hal. 108–114, 2024, [Daring]. Tersedia pada: <https://jujurnal.com/index.php/ijrss/article/view/21>
- [3] N. P. Rahayu, P. J. Nugroho, dan T. Berliani, "Pembinaan Profesional Guru Sekolah Dasar Daerah Terpencil," *Equity Educ. J.*, vol. 1, no. 1, hal. 62–72, Okt 2019, doi: 10.37304/eej.v1i1.1554.
- [4] Y. Hidayat dan L. Nurlatifah, "Analisis Komparasi Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak Usia Dini (STPPA) Berdasarkan Permendikbud No. 137 Tahun 2014 dengan Permendikbudristek No. 5 Tahun 2022," *J. Intisabi*, vol. 1, no. 1, hal. 29–40, Jul 2023, doi: 10.61580/itsb.v1i1.4.
- [5] T. Doust dan J. Joyson, "Imagination Competencies: Fostering Life Skills with

- Children in <sc>UK</sc> Primary Schools,” *Int. J. Art Des. Educ.*, vol. 44, no. 2, hal. 353–365, Mei 2025, doi: 10.1111/jade.12586.
- [6] C.-S. Tan *et al.*, “Give me Support and Hope, and I Can Be Creative: Evidence for a Mediation Model from Five Countries,” *Appl. Res. Qual. Life*, vol. 20, no. 4, hal. 1469–1491, Agu 2025, doi: 10.1007/s11482-025-10468-4.
- [7] P. Tōugu, “Motivation for the Family Visit and On-the-Spot Activities Shape Children’s Learning Experience in a Science Center,” *Front. Psychol.*, vol. 12, Apr 2021, doi: 10.3389/fpsyg.2021.629657.
- [8] M. Kamola, F. Granone, K. Grøsvik, dan E. Reikerås, “High-quality strategies for supporting children’s problem-solving skills: a study on coding toy activities in Norwegian ECECs,” *Eur. Early Child. Educ. Res. J.*, vol. 32, no. 5, hal. 814–833, Sep 2024, doi: 10.1080/1350293X.2024.2319783.
- [9] V. Navin, *Sensory Spaces*. London: Routledge, 2025. doi: 10.4324/9781003601364.
- [10] M. F. Ramli, N. Fajrie, N. W. M. Junus, A. A. Z. Zali, dan H. Pratama, “Exploration of essential visual sketch necessity towards Malaysian children mind therapy,” *Multidiscip. Sci. J.*, vol. 8, no. 5, hal. 2026283, Okt 2025, doi: 10.31893/multiscience.2026283.
- [11] S. Burns, S. Saleem, E. McMullen, E. Dhuey, L. A. White, dan M. Perlman, “Enhancing Children’s Creativity in Early Childhood Education and Care: A Systematic Review and Multivariate Meta-Analysis of Studies Between 1969 and 2019,” *Early Child. Educ. J.*, vol. 54, no. 3, hal. 1511–1533, Mar 2026, doi: 10.1007/s10643-025-01937-4.
- [12] E. Loizou dan E. K. Loizou, “Creative play and the role of the teacher through the cultural-historical activity theory framework,” *Int. J. Early Years Educ.*, vol. 30, no. 3, hal. 527–541, Jul 2022, doi: 10.1080/09669760.2022.2065248.
- [13] W. Meilin Saputri, H. Machmud, L. Anhusadar, Z. Mustang, dan N. Hasana Safei, “Kesenian Khabanti: Meningkatkan Perkembangan Seni Anak Usia Dini,” *Murhum J. Pendidik. Anak Usia Dini*, vol. 4, no. 2, hal. 247–258, Sep 2023, doi: 10.37985/murhum.v4i2.181.
- [14] A. S. Millah, D. Arobiah, E. S. Febriani, dan E. Ramdhani, “Analisis Data dalam Penelitian Tindakan Kelas,” *J. Kreat. Mhs.*, vol. 1, no. 2, hal. 140–153, 2023, [Daring]. Tersedia pada: <https://riset-iaid.net/index.php/jpm/article/view/1447>
- [15] S. Purnama, P. S. Rohmadheny, dan H. Pratiwi, *Penelitian Tindakan Kelas Untuk Pendidikan Anak Usia Dini*. 2020. [Daring]. Tersedia pada: <https://digilib.uin-suka.ac.id/id/eprint/48231/>
- [16] C. I. G. Núñez, S. B. Morales, C. M. Verdú, dan A. Gómez-Mármol, “Unlocking abilities: enhancing executive skills through play and movement in preschool physical education,” *J. Phys. Educ. Sport*, vol. 24, no. 1, hal. 165–171, 2024, doi: 10.7752/jpes.2024.01021.
- [17] S. Suparlan, “Teori Konstruktivisme dalam Pembelajaran,” *ISLAMIKA*, vol. 1, no. 2, hal. 79–88, Jul 2019, doi: 10.36088/islamika.v1i2.208.
- [18] T. Handoyo dan A. Ani, “Teori Konstruktivisme,” *J. Pendidik. dan Kewarganegara Indones.*, vol. 2, no. 4, hal. 162–171, Des 2025, doi: 10.61132/jupenkei.v2i4.884.
- [19] T. B. Arda Tuncdemir, “Integrating Social-Emotional Learning Through Play: Perspectives From Early Childhood Educators,” *J. Res. Child. Educ.*, hal. 1–19, Okt 2025, doi: 10.1080/02568543.2025.2567504.
- [20] N. Widiastita dan L. Anhusadar, “Bermain Playdough dalam Meningkatkan Kecerdasan Visual-Spasial Melalui Home Visit di Tengah Pandemi Covid-19,” *Murhum J. Pendidik. Anak Usia Dini*, vol. 1, no. 2, hal. 50–63, Des 2020, doi:

10.37985/murhum.v1i2.17.

- [21] N. Joglekara, O. Prabhu, A. Guha-Thakurta, dan S. Alungalali, "Encouraging preschool kids to eat healthy and averting them from developing an unhealthy habit," in *AIP Conference Proceedings*, 2025, vol. 3233, no. 1, hal. 020001. doi: 10.1063/5.0235518.
- [22] A. Syifa Rahmadani, S. A. Santana, dan T. I. P. Kusumah, "Aktivitas Bermain Sambil Belajar Sebagai Kunci Perkembangan Motorik Anak Di TK Amal Sholeh," *ALMURTAJA J. Pendidik. Islam Anak Usia Dini*, vol. 3, no. 2, hal. 68–74, Des 2024, doi: 10.58518/almurtaja.v3i2.3016.