Bima Abdi: Jurnal Pengabdian Masyarakat
p-ISSN: 2797-9407, e-ISSN: 2797-9423
Volume 6, nomor 4, 2026, hal. 2744-2756
Doi: https://doi.org/10.53299/ba-jpm.v6i4.5733

Pendampingan Kegiatan *Fun Cooking* Kolaborasi Orang Tua dan Anak dalam Menumbuhkan Resiliensi Anak Usia Dini

Rena Andini*, Dedeh Komalasari, Luthfi Fahala Nurul Falah, Alya Nuralifah
Universitas Majalengka, Majalengka, Indonesia

*Corresponding Author: renaandini@unma.ac.id
Dikirim: 20-10-2026; Direvisi: 26-10-2026; Diterima: 30-10-2026

Abstrak: Resiliensi merupakan karakter penting yang perlu dikembangkan sejak usia dini agar anak mampu menghadapi tantangan, mengelola emosi dan bangkit dari kesulitan. Namun, pengembangan kemampuan resiliensi anak masih menghadapi tantangan, antara lain keterbatasan stimulasi karakter dan kurang optimalnya keterlibatan orang tua dalam proses pembelajaran. Program Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman orang tua tentang pentingnya resiliensi serta menstimulasi kemampuan resiliensi anak usia dini melalui kegiatan *Fun Cooking* yang melibatkan kolaborasi orang tua dan anak. Kegiatan ini dilaksanakan di RA Fitriyah PUI Desa Cigaleuh, Kecamatan Lemahsugih, Kabupaten Majalengka. Metode pelaksanaan meliputi sosialisasi, pelatihan, demonstrasi dan pendampingan kegiatan *Fun Cooking* melalui pembuatan *sushi roll*. Hasil pelaksanaan memberikan wawasan dan ilmu baru akan bertambahnya pemahaman orang tua/wali mengenai konsep resiliensi dan pentingnya pendampingan positif pada anak dalam kegiatan sehari-hari. Selain itu, kegiatan ini juga memberikan pengalaman belajar yang menyenangkan sekaligus menjadi sarana stimulasi rasa percaya diri, keberanian untuk mencoba, melatih kesabaran dan kemandirian, serta sikap pantang menyerah selama mengikuti kegiatan. Program ini juga memperkuat kolaborasi antara orang tua dan sekolah dalam mendukung perkembangan karakter anak usia dini melalui pengalaman belajar yang menyenangkan dan bermakna.

Kata Kunci: Resiliensi, Anak Usia Dini; *Fun Cooking*; Kolaborasi Orang Tua dan Anak; Pengabdian kepada Masyarakat.

Abstract: Resilience is an essential character trait that should be developed from early childhood to help children face challenges, regulate their emotions, and recover from difficulties. However, fostering resilience in young children remains challenging due to limited character development stimulation and insufficient parental involvement in the learning process. This Community Service Program (PKM) aimed to enhance parents understanding of the importance of resilience and foster resilience in young children through fun cooking activities involving parent–child collaboration. The program was conducted at RA Fitriyah PUI in Cigaleuh Village, Lemahsugih District, Majalengka Regency, Indonesia. The implementation methods included socialization, training, demonstrations, and guided practice of fun cooking through the preparation of sushi rolls. The results indicated that the program provided parents and guardians with new insights and improved their understanding of resilience and the importance of positive guidance in children's daily activities. Furthermore, the activities offered children an enjoyable learning experience and provided opportunities to develop self-confidence, willingness to try new things, patience, independence, and perseverance. The program also strengthened collaboration between parents and the school in supporting the character development of young children through enjoyable and meaningful learning experiences. These findings suggest that collaborative fun cooking activities can serve as an alternative educational approach to support resilience development in early childhood while encouraging greater parental involvement in the learning process.

Ciptaan disebarluaskan di bawah Lisensi Creative Commons Atribusi 4.0 Internasional

Keywords: Resilience; Early Childhood; Fun Cooking; Parent–Child Collaboration; Community Service.

PENDAHULUAN

Salah satu karakter penting yang perlu ditumbuhkan sejak dini pada anak adalah resiliensi yaitu sebuah kemampuan anak untuk dapat bertahan, bangkit dan menyesuaikan diri ketika menghadapi kesulitan atau kegagalan dalam kehidupan. Individu yang memiliki resiliensi yang baik akan mampu mengatasi tantangan dan dapat mengelola konflik kehidupan dengan baik sehingga dapat menjalankan perannya dengan wajar (Ekaningtyas & Wiguna, 2024). Anak usia dini pada fase emas (*golden age*) akan mengalami perkembangan yang sangat pesat. Fase tersebut berperan penting dalam pembentukan karakter serta kepribadian anak untuk tahap perkembangan selanjutnya. Menurut Undang-undang Sistem Pendidikan Nasional Tahun 2003 No. 20, anak usia dini adalah anak yang berada pada rentang usia 0 sampai dengan 6 tahun. Pada tahap ini, anak mulai belajar mengenal emosi, menghadapi tantangan sederhana serta beradaptasi dengan lingkungan sekitar. Namun, pada kenyataannya masih banyak anak usia dini yang menunjukkan kemampuan resiliensi yang rendah seperti mudah menyerah, kurang percaya diri, sulit mengendalikan emosi dan memiliki ketergantungan tinggi pada orang tua. Kondisi ini dipengaruhi oleh kurangnya stimulasi karakter yang dilakukan secara konsisten di lingkungan sekolah dan keluarga. Padahal, orang tua berperan penting sebagai pendidik utama dalam pembentukan karakter anak usia dini. Berdasarkan studi awal, fenomena interaksi antara anak dan orang tua dalam aktivitas yang bersifat stimulatif dan masih terbatas ditemukan di RA Fitriyah PUI Desa Cigaleuh. Ketika kesibukan orang tua serta minimnya variasi kegiatan edukatif di luar jam pelajaran sekolah menjadi salah satu faktor penghambat resiliensi anak.

RA Fitriyah PUI Cigaleuh merupakan lembaga pendidikan anak usia dini yang berada di Desa Cigaleuh, Kecamatan Lemahsugih, Kabupaten Majalengka, berdiri sejak Tahun 1998 dengan akreditasi B. RA Fitriyah PUI Cigaleuh memiliki dua kelas layanan kelompok usia yaitu kelompok A (rentang usia 4-5 Tahun) dan kelompok B (rentang usia 5-6 Tahun). Sebagian besar kondisi sosial ekonomi peserta didik di RA Fitriyah PUI Cigaleuh yaitu menengah ke bawah dengan latar belakang pendidikan dan pekerjaan orang tua peserta didik yang terbatas, keterlibatan orang tua dalam kegiatan pembelajaran anak pun masih rendah, baik karena keterbatasan waktu, pengetahuan, maupun pemahaman mengenai pentingnya peran keluarga dalam pembentukan karakter anak usia dini. Hasil pengamatan, menunjukkan bahwa sebagian anak di RA Fitriyah Desa Cigaleuh masih memiliki resiliensi yang rendah, ditunjukkan dengan sikap yang mudah menyerah, kurang percaya diri, kesulitan mengelola emosi dan membutuhkan bantuan dalam menyelesaikan tugas sederhana. Kondisi ini dipengaruhi oleh kurangnya stimulasi karakter yang diberikan secara konsisten di lingkungan rumah dan sekolah.

Salah satu upaya untuk menumbuhkan resiliensi anak usia dini adalah melalui kegiatan kolaboratif antara orang tua dan anak dalam suasana yang menyenangkan dan bermakna. Kegiatan *Fun Cooking* merupakan aktivitas praktis yang dapat menstimulasi berbagai aspek perkembangan anak seperti kemandirian, kerja sama, kesabaran, tanggung jawab dan kemampuan memecahkan masalah. Urgensi pelaksanaan *fun cooking* ini bukan sekedar kegiatan mengolah makanan semata akan

Ciptaan disebarluaskan di bawah Lisensi Creative Commons Atribusi 4.0 Internasional

tetapi juga pada nilai edukatif dan filosofis yang terkandung di dalamnya. Kegiatan memasak adalah bentuk literasi praktis yang melibatkan kemampuan mengikuti instruksi, mengelola emosi, melatih kesabaran dan keberanian serta kemampuan menerima hasil baik keberhasilan maupun kegagalan. Melalui pengalaman tersebut, anak belajar menghadapi tantangan secara bertahap dalam lingkungan yang aman dan suportif. Lebih lanjut, kolaborasi *fun cooking* antara orang tua dan anak ini akan menciptakan ruang dialog yang positif dan memperkuat ikatan emosional (*bonding*) dalam keluarga. Pada proses inilah nilai-nilai resiliensi seperti kerja keras, kreativitas, sikap pantang menyerah, serta kemampuan belajar dari kesalahan dapat diinternalisasikan secara alami dan berkelanjutan pada diri anak usia dini.

Sebagai institusi pendidikan yang berbasis Islam, RA Fitriyah PUI Cigaleuh juga memiliki peran strategis dalam mengintegrasikan nilai keagamaan sesuai dengan visi dan misi dalam setiap aktivitasnya. Melalui kegiatan *fun cooking* ini juga disisipi penanaman keagamaan seperti konsep bersyukur atas rezeki, adab makan dan pengenalan proses membuat makanan halal. Hal ini selaras dengan upaya membentuk insan yang tangguh (resilien) disertai dengan spiritual yang kokoh pada anak usia dini.

KAJIAN TEORI

Resiliensi memiliki peran yang sangat penting pada individu sebagai kemampuan untuk dapat bangkit dari setiap masalah yang dialami sehingga setiap masalah yang dihadapi oleh individu dapat dihadapi dengan secara positif (Andini et al,. 2020). Masten (2001), melalui konsep *ordinary magic*, menjelaskan bahwa resiliensi bukanlah kemampuan luar biasa yang hanya dimiliki oleh individu tertentu, melainkan proses adaptasi positif yang dapat berkembang melalui sistem adaptif dalam kehidupan sehari-hari. Dalam konteks anak usia dini, resiliensi dapat dikembangkan melalui pengalaman yang memberikan kesempatan kepada anak untuk menghadapi tantangan sesuai tahap perkembangannya, memperoleh dukungan dari orang dewasa, dan belajar mengatasi kesulitan secara bertahap. Salah satu kegiatan yang berpotensi mendukung pengembangan kemampuan tersebut adalah *fun cooking*. Penelitian mengenai aktivitas memasak menekankan pentingnya memberikan pemahaman kepada orang tua tentang pemenuhan gizi anak dengan melibatkan anak dalam kegiatan memilih bahan makanan dan proses memasak (Komalasari, 2023). Selain memberikan pengalaman belajar yang menyenangkan, kegiatan memasak bersama dapat menjadi sarana bagi anak untuk belajar mengikuti instruksi, menyelesaikan tugas sederhana, bekerja sama, dan menghadapi kegagalan selama proses kegiatan berlangsung. Pendekatan ini sejalan dengan konsep *experiential learning*, yaitu pembelajaran berbasis pengalaman langsung yang memberikan kesempatan kepada anak untuk belajar melalui keterlibatan aktif dalam suatu kegiatan.

Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa pembelajaran berbasis pengalaman dapat berkontribusi terhadap perkembangan karakter anak usia dini (Hasan et al., 2023) selain itu kegiatan yang berbasis proyek pada anak dapat mengembangkan pengalaman optimisme yaitu pada saat anak dihadapkan pada suatu permasalahan (Chandra et al., 2023). Melalui kegiatan *fun cooking* sebagai sebuah kegiatan yang yang berbasis pengalaman pembelajaran anak tidak hanya memperoleh pengalaman praktis, tetapi juga berkesempatan mengembangkan sikap sabar, disiplin, tanggung

Ciptaan disebarluaskan di bawah Lisensi Creative Commons Atribusi 4.0 Internasional

jawab, serta kemampuan menyelesaikan masalah sederhana. Pengalaman tersebut dapat menjadi dasar dalam menumbuhkan resiliensi sejak dini. Selain metode pembelajaran, keterlibatan orang tua juga menjadi faktor penting dalam mendukung perkembangan anak. Interaksi yang positif tersebut berpotensi memperkuat hubungan emosional antara orang tua dan anak serta menciptakan lingkungan yang mendukung perkembangan sosial-emosional. Hal ini sejalan dengan *penjelasan National Scientific Council on the Developing Child* (2015) bahwa hubungan yang stabil, suportif, dan responsif merupakan salah satu faktor penting dalam membangun fondasi resiliensi anak. Studi mengenai keterlibatan orang tua dalam aktivitas pembelajaran kolaboratif menunjukkan bahwa partisipasi orang tua dapat mendukung kemandirian belajar, meningkatkan rasa aman, serta memperkuat kepercayaan diri anak (Hisma et al., 2025). Keterlibatan tersebut memberikan kesempatan kepada orang tua untuk memberikan dukungan emosional, pendampingan dan penguatan positif ketika anak menghadapi kesulitan dalam menyelesaikan suatu tugas. Studi terdahulu merekomendasikan pentingnya kegiatan keterlibatan orang tua sebagai aktivitas kolaboratif dalam konteks pembelajaran karena kegiatan tersebut memiliki dampak positif terhadap peningkatan kepercayaan anak terhadap kemampuannya serta mampu memperkuat hubungan emosional dan interaksi yang positif antara orang tua dan anak (Lavelle et al., 2022). Studi ini juga merekomendasikan ini pentingnya membangun kolaborasi yang efektif melalui pemanfaatan teknologi dan komunikasi yang transparan untuk memperkuat peran orang tua dalam mendukung pendidikan anak (Amalia et al.,d 2024). Dalam konteks kegiatan *fun cooking*, kolaborasi orang tua dan anak dapat diwujudkan melalui pembagian tugas sederhana, komunikasi yang positif, pemberian kesempatan kepada anak untuk mencoba secara mandiri sehingga melalui aktivitas memasak, kepercayaan diri anak dapat tumbuh dan berkembang (Aghitsny & Mursid 2024).

Berdasarkan uraian tersebut, integrasi kegiatan *fun cooking* dengan keterlibatan aktif orang tua merupakan pendekatan yang relevan untuk menstimulasi resiliensi anak usia dini. Dalam kegiatan ini, orang tua tidak hanya membantu anak menyelesaikan tugas, tetapi juga memberikan dukungan emosional ketika anak menghadapi kesulitan (Thompson & Fenty, 2026). Kegiatan *fun cooking* diharapkan dapat memberikan pengalaman belajar yang menyenangkan sekaligus menumbuhkan ketekunan, kemandirian, kepercayaan diri, kemampuan mengelola emosi, dan keberanian anak dalam menghadapi tantangan. Meskipun sejumlah penelitian terdahulu telah mengkaji kegiatan *cooking class* dalam kaitannya dengan pemahaman gizi seimbang (Komalasari, 2023) dan kepercayaan diri anak (Aghitsny & Mursid, 2024), serta aktivitas memasak kolaboratif orang tua dan anak dalam konteks kompetensi anak dan persepsi orang tua (Lavelle et al., 2022), keterkaitan kegiatan memasak kolaboratif secara khusus dengan stimulasi resiliensi anak usia dini masih perlu dikaji dan dikembangkan lebih lanjut. Selain itu, integrasi kegiatan memasak kolaboratif dengan penanaman nilai-nilai keislaman dalam konteks lembaga pendidikan anak usia dini berbasis Islam menjadi aspek penting yang perlu mendapat perhatian. Oleh karena itu, program Pengabdian kepada Masyarakat ini menawarkan pendekatan pendampingan *fun cooking* yang melibatkan orang tua dan anak di RA Fitriyah PUI Cigaleuh, dengan mengintegrasikan stimulasi resiliensi, keterlibatan orang tua, dan nilai-nilai keislaman dalam pengalaman belajar yang menyenangkan dan bermakna. Program ini diharapkan dapat menjadi alternatif

Ciptaan disebarluaskan di bawah Lisensi Creative Commons Atribusi 4.0 Internasional

pendekatan edukatif untuk mendukung pengembangan karakter anak usia dini secara holistik, khususnya dalam aspek ketekunan, kemandirian, pengelolaan emosi, dan sikap pantang menyerah.

METODE PELAKSANAAN KEGIATAN

Dalam pengabdian masyarakat ini menggunakan metode Pelatihan atau Demonsterasi dengan sasaran yaitu Orang tua dan peserta didik di RA Fitriyah PUI Cigaleuh. Langkah awal melakukan observasi dengan mitra pengabdian yaitu membahas profil serta karakteristik siswa. Setelah itu menganalisa berbagai kebutuhan belajar serta permasalahan yang muncul, akar masalah serta solusinya. Setelah observasi dan dianalisa dilanjutkan dengan diskusi dan menentukan langkah-langkah yang sebelumnya sudah dirancang kemudian mensosialisasikan program tersebut kepada satuan dan komite orang tua. Adapun langkah selanjutnya yaitu melakukan kegiatan selama 2 hari pada tanggal 12 dan 13 Mei 2026. Kegiatan hari pertama yaitu sosialisasi dan parenting menggunakan materi PPT, pamflet dan video mengenai kegiatan anak memasak. Sasaran kegiatan hari pertama adalah seluruh orang tua siswa yang berjumlah 51 orang. Kegiatan hari kedua adalah kegiatan inti yaitu *fun cooking* pembuatan sushi roll. Sasaran kegiatan hari kedua adalah siswa sebanyak 10 rang dan orang tua siswa sebanyak 10 orang. Penentuan sasaran ini didasarkan dari hasil identifikasi kebutuhan dan permasalahan kurangnya kemandirian siswa dengan melakukan diskusi bersama pihak sekolah.

Partisipasi sekolah RA Fitriyah PUI Cigaleuh sebagai mitra pada pengabdian ini menyediakan tempat untuk kegiatan dan mengoordinasikan peserta. Guru sebagai pendamping proses kegiatan bersama tim pengabdian dan orang tua sebagai individu yang terlibat aktif dalam setiap tahapan kegiatan. Anak atau siswa yang menjadi subjek utama pada kegiatan pembelajaran ini. Evaluasi dan keberlanjutan program pengabdian kepada masyarakat dilakukan secara deskriptif melalui observasi selama kegiatan berlangsung, refleksi, dan diskusi bersama orang tua serta pihak sekolah. Evaluasi difokuskan pada proses pelaksanaan kegiatan *fun cooking*, keterlibatan orang tua dalam mendampingi anak, serta pengalaman anak ketika mengikuti setiap tahapan kegiatan. Berdasarkan hasil pengamatan selama kegiatan, aktivitas *fun cooking* memberikan kesempatan kepada anak untuk mencoba pengalaman baru, berlatih mandiri, bersabar, dan menyelesaikan tugas dengan pendampingan orang tua. Diskusi dan refleksi bersama juga menjadi sarana untuk berbagi pengalaman mengenai pentingnya pendampingan positif dalam menstimulasi resiliensi anak usia dini. Sebagai upaya keberlanjutan, program ini mendorong orang tua dan pihak sekolah untuk menerapkan aktivitas kolaboratif yang serupa dalam kegiatan sehari-hari, baik di rumah maupun di sekolah, dengan mengintegrasikan nilai-nilai kemandirian, ketekunan, pengelolaan emosi, dan sikap pantang menyerah. Namun, karena evaluasi tidak menggunakan instrumen pengukuran khusus, hasil kegiatan ini menggambarkan proses pelaksanaan dan pengalaman peserta, bukan perubahan resiliensi anak atau pemahaman orang tua yang telah terukur secara kuantitatif.

IMPLEMENTASI KEGIATAN DAN PEMBAHASAN

Pengabdian mengenai Pendampingan Kegiatan *Fun Cooking* Kolaborasi Orang Tua dan Anak dalam Menumbuhkan Resiliensi Anak Usia Dini dilaksanakan pada

Ciptaan disebarluaskan di bawah Lisensi Creative Commons Atribusi 4.0 Internasional

Hari Selasa dan Rabu pada tanggal 12-13 Mei 2026 bertempat di ruang kelas RA Fitriyah PUI Desa Cigaleuh, Kecamatan Lemahsugih Kabupaten Majalengka. Pada hari pertama, Selasa 12 Mei, dilakukan sosialisasi dan parenting mengenai pentingnya Resiliensi pada anak usia dini.



Gambar 1. Pemaparan materi "Strategi Orang Tua dalam Menumbuhkan Resiliensi"
Sumber: Dokumentasi tim pengabdi (2026)

Adapun gambaran poster yang dipaparkan dalam materi *parenting* yang disampaikan mengenai resiliensi yaitu:



Gambar 2. Gambaran anak yang tidak menyerah
Sumber: Dokumentasi tim pengabdi (2026)

Gambar 2 menjelaskan konsep sederhana mengenai resiliensi pada anak melalui ilustrasi sederhana yang dapat dengan mudah dipahami oleh orang tua. Pada bagian kiri ditampilkan seorang anak yang terjatuh dari sepeda dengan ekspresi sedih dan kesakitan disertai pesan ″Jatuh itu biasa" dan "Jatuh bukan akhir, tapi bagian dari proses″, yang menunjukkan bahwa kegagalan, kesalahan, atau kesulitan adalah sebuah pengalaman yang wajar dalam kehidupan. Sementara itu, pada bagian kanan terlihat anak yang sama namun bedanya kembali bangkit, tersenyum, dan mengayuh sepedanya dengan percaya diri disertai pesan ″Bangkit dan coba lagi!" serta "Setiap kali bangkit, kita jadi lebih kuat!". Ilustrasi ini menegaskan bahwa resiliensi adalah

Ciptaan disebarluaskan di bawah Lisensi Creative Commons Atribusi 4.0 Internasional

kemampuan untuk bangkit kembali setelah mengalami kesulitan, belajar dari pengalaman, dan terus berusaha tanpa mudah menyerah. Melalui pesan visual yang positif, gambar ini memberitahukan orang tua untuk dapat mengajarkan anak bahwa pentingnya keberanian yang harus tertanam pada anak untuk dapat mencoba lagi yang merupakan langkah penting dalam membangun rasa percaya diri, ketangguhan, dan karakter yang kuat dalam menghadapi berbagai tantangan.



Gambar 3. Gambaran anak yang mandiri
Sumber: Dokumentasi tim pengabdi (2026)

Gambar 3 menunjukkan bahwa resiliensi anak berkembang melalui kemandirian dan keberanian untuk mencoba. Pada sisi kiri, anak terlihat ragu dan bergantung pada bantuan orang lain saat memakai sepatu, sedangkan pada sisi kanan anak berusaha melakukannya sendiri sampai berhasil. Ilustrasi ini mengajarkan bahwa resiliensi tidak muncul secara instan, tetapi dibangun melalui kesempatan mencoba, belajar dan menyelesaikan tantangan sesuai kemampuan. Dengan memberikan dukungan tanpa selalu mengambil alih, orang tua dan guru dapat membantu anak menjadi lebih percaya diri, mandiri, dan tangguh dalam menghadapi berbagai kesulitan.



Gambar 4. Gambaran anak yang tangguh dan tumbuh
Sumber: Dokumentasi tim pengabdi (2026)

Gambar 4 menjelaskan bahwa resiliensi anak dibangun melalui keberanian mencoba, kemauan belajar, ketekunan, dan kesabaran dalam menghadapi proses. Anak diajak memahami bahwa keberhasilan tidak datang secara instan, melainkan melalui

Ciptaan disebarluaskan di bawah Lisensi Creative Commons Atribusi 4.0 Internasional

usaha yang konsisten, tidak mudah menyerah, serta keyakinan pada kemampuan diri. Dengan pengalaman tersebut, anak akan tumbuh menjadi pribadi yang lebih tangguh, percaya diri, dan mampu menghadapi berbagai tantangan dalam kehidupannya.

Kegiatan parenting dilanjutkan dengan materi kegiatan *Fun Cooking* sebagai strategi menumbuhkan resiliensi.



Gambar 5. Pemaparan materi "*Fun Cooking* sebagai Strategi Menumbuhkan Resiliensi"
Sumber: Dokumentasi tim pengabdi (2026)

Adapun gambaran yang diimplementasikan dari materi *parenting* yang disampaikan yaitu sebagai berikut:



Gambar 6. Pentingnya *cooking class* untuk anak usia dini
Sumber: Dokumentasi tim pengabdi (2026)

Gambar 6 menjelaskan bahwa kegiatan *cooking class* penting untuk anak usia dini karena dengan kegiatan tersebut, anak dapat berkegiatan belajar sambil bermain. Anak usia dini akan lebih cepat menangkap pembelajaran melalui kegiatan belajar dengan pengalaman langsung selain itu juga kegiatan memasak dapat dapat meningkatkan kreativitas serta melatih keterampilan anak.

Ciptaan disebarluaskan di bawah Lisensi Creative Commons Atribusi 4.0 Internasional



Gambar 7. Peran orang tua dan guru dalam *cooking class*
Sumber: Dokumentasi tim pengabdi (2026)

Gambar 7 menjelaskan bahwa pentingnya peran Guru dan Orang Tua dalam pendampingan kegiatan *cooking class*. Dengan keterlibatan guru maupun orang tua pada kegiatan anak terutama kegiatan memasak, anak akan mendapat kegiatan atau suasana belajar yang menyenangkan. Keterlibatan guru dan orang tua pun akan menumbuhkan rasa percaya diri dan semangat pada anak karena adanya pujian serta apresiasi anak dalam mencoba melakukan kegiatan memasak.

Hari ke 2, Rabu 13 Mei 2026, Kegiatan inti *Fun Cooking* Kolaborasi Orang Tua dan Anak dalam Menumbuhkan Resiliensi Anak Usia Dini dilakukan dengan membuat makanan Sushi roll. Kegiatan ini dipilih karena merupakan pembuatan makanan sederhana yang tidak memerlukan proses memasak menggunakan api, sehingga lebih aman untuk dilakukan oleh anak usia dini. Bahan-bahan yang digunakan adalah nasi, nori atau rumput laut yang dikeringkan, wortel telur dadar dan timun yang sudah tersedia. Selain itu, seluruh tahapan pembuatannya, seperti menata bahan, menyusun isi, menggulung, memotong, dan menyajikan, dapat dilakukan secara langsung oleh anak dengan pendampingan orang tua. Proses tersebut memberikan kesempatan kepada anak untuk melatih koordinasi motorik halus, konsentrasi, kesabaran, kreativitas, serta kemampuan mengikuti instruksi secara bertahap.anak bersama orang tua sebagai salah satu upaya dalam membantu anak menumbuhkan resiliensi.



Gambar 8. Tutorial pembuatan *sushi roll*
Sumber: Dokumentasi tim pengabdi (2026)

Ciptaan disebarluaskan di bawah Lisensi Creative Commons Atribusi 4.0 Internasional

Dalam proses menggulung *sushi roll*, anak akan dihadapkan pada tantangan, misalnya gulungan yang mudah lepas atau bentuk yang kurang rapi, sehingga mereka belajar untuk mencoba kembali, tidak mudah menyerah, dan menyelesaikan tugas hingga tuntas. Pengalaman tersebut menjadi media yang efektif untuk menumbuhkan karakter resiliensi, karena anak akan belajar menghadapi kegagalan kecil, mengelola emosi, serta memperoleh rasa bangga ketika berhasil menyelesaikan hasil karyanya. Di sisi lain, kegiatan ini juga mendorong interaksi positif antara orang tua dan anak melalui kerja sama, komunikasi, dan pemberian dukungan selama proses berlangsung, sehingga tujuan penguatan resiliensi dapat tercapai secara optimal.



Gambar 9. Kegiatan *fun cooking* pembuatan *sushi roll*
Sumber: Dokumentasi tim pengabdi (2026)

Kegiatan inti diawali dengan berdoa bersama untuk kelancaran kegiatan. Selama proses kegiatan, terlihat berbagai ekspresi dan antusiasme yang ditunjukkan oleh anak, seperti rasa penasaran, kegembiraan, semangat, fokus, serta kepercayaan diri saat mencoba menyusun dan menggulung bahan makanan yang akan menjadi sebuah bentuk sushi roll. Pada awal kegiatan, beberapa anak tampak ragu dan menunggu bantuan dari orang tua, namun seiring berjalannya proses mereka mulai berani mencoba, menyelesaikan tugas secara mandiri, dan tidak mudah menyerah ketika mengalami kesulitan. Perubahan perilaku tersebut menunjukkan adanya perkembangan kemampuan resiliensi anak, yang tercermin melalui keberanian menghadapi tantangan, ketekunan dalam menyelesaikan tugas, kemampuan mengelola emosi, serta kepercayaan diri untuk terus mencoba hingga berhasil. Pada pelaksanaan kegiatan ini, pengembangan resiliensi anak dipadukan dengan pengenalan nilai-nilai Islami, seperti rasa syukur atas rezeki yang diberikan Allah SWT, pembiasaan adab makan, dan pengenalan makanan halal. Nilai syukur dapat dikaitkan dengan kesadaran anak untuk menghargai bahan makanan yang tersedia, sedangkan adab makan dan pengenalan makanan halal menjadi sarana untuk mengenalkan kebiasaan makan yang baik sesuai ajaran Islam. Integrasi nilai-nilai tersebut diharapkan dapat mendukung pembentukan karakter anak secara holistik, yang tidak hanya mencakup aspek sosial-emosional, seperti kesabaran, kemandirian, dan sikap pantang menyerah, tetapi juga perkembangan spiritual sejak usia dini.Kolaborasi yang positif antara orang tua dan anak selama kegiatan juga menjadi faktor penting dalam memberikan dukungan emosional yang mendorong tumbuhnya resiliensi pada anak.

Ciptaan disebarluaskan di bawah Lisensi Creative Commons Atribusi 4.0 Internasional



Gambar 10. Hasil karya *sushi roll* anak
Sumber: Dokumentasi tim pengabdi (2026)

Selama proses *fun cooking*, anak dan orang tua terlibat dalam berbagai aktivitas yang menuntut kerja sama, kesabaran, kemampuan memecahkan masalah, serta keberanian mencoba hal-hal baru. Ketika anak menghadapi kesulitan, melakukan kesalahan, atau mengalami kegagalan dalam proses memasak, orang tua berperan memberikan dukungan, motivasi, dan memberi contoh dalam menghadapi tantangan secara positif. Pengalaman tersebut membantu anak belajar mengelola emosi, beradaptasi terhadap situasi yang tidak sesuai harapan, serta mengembangkan rasa percaya diri untuk bangkit dan mencoba kembali.

Dengan demikian, kegiatan *fun cooking* tidak hanya menjadi sarana pembelajaran yang menyenangkan, tetapi juga menjadi media penguatan hubungan emosional antara orang tua dan anak. Melalui kolaborasi yang terjalin selama kegiatan, anak memperoleh pengalaman nyata yang mendukung tumbuhnya karakter resiliensi, yaitu kemampuan untuk bertahan, beradaptasi, dan tetap optimis dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan.

KESIMPULAN

Kegiatan *fun cooking* kolaborasi antara orang tua dan anak di RA Fitriyah PUI Cigaleuh dilaksanakan sebagai salah satu upaya menstimulasi resiliensi dan memperkuat karakter anak usia dini melalui pengalaman belajar yang menyenangkan dan bermakna. Kegiatan ini melibatkan orang tua dalam mendampingi anak membuat *sushi roll* melalui tahapan yang dirancang untuk memberikan kesempatan kepada anak dalam mencoba pengalaman baru, berlatih mandiri, bersabar, bekerja sama, dan menyelesaikan tugas dengan pendampingan. Selama pelaksanaan kegiatan, anak memperoleh pengalaman langsung yang dapat mendukung stimulasi kepercayaan diri, keberanian mencoba, kesabaran, dan sikap pantang menyerah. Kegiatan ini juga menjadi sarana bagi orang tua untuk memperoleh wawasan mengenai pentingnya pendampingan positif dalam mendukung perkembangan sosial-emosional anak. Dengan demikian, *fun cooking* ini dapat menjadi salah satu alternatif

Ciptaan disebarluaskan di bawah Lisensi Creative Commons Atribusi 4.0 Internasional

kegiatan edukatif untuk menstimulasi resiliensi anak usia dini sekaligus memperkuat keterlibatan orang tua dalam proses pembelajaran.

Kegiatan ini memiliki keterbatasan karena perubahan perilaku anak dan pemahaman orang tua belum diukur menggunakan instrumen baku sebelum dan sesudah pelaksanaan program. Temuan mengenai perilaku anak didasarkan pada pengamatan selama kegiatan berlangsung, sehingga belum dapat digunakan untuk menyimpulkan adanya peningkatan resiliensi secara terukur. Selain itu, keberlanjutan perilaku yang distimulasi melalui kegiatan ini belum diamati secara sistematis di lingkungan rumah. Oleh karena itu, program ini direkomendasikan dilakukan secara berkala, misalnya satu kali setiap bulan, yang dapat dilaksanakan oleh guru bersama orang tua di sekolah atau dilanjutkan melalui aktivitas sederhana di rumah. Guru dan orang tua diharapkan bekerja sama dalam memberikan kesempatan kepada anak untuk mencoba tugas secara mandiri, menghadapi kesulitan dengan pendampingan positif, dan menyelesaikan aktivitas sesuai kemampuannya. Pada pelaksanaan berikutnya, evaluasi dapat diperkuat melalui lembar observasi perkembangan resiliensi anak dan kuesioner pemahaman orang tua sebelum dan sesudah kegiatan, sehingga proses dan hasil program dapat didokumentasikan secara lebih sistematis.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Allah SWT atas kelancaran proses pengabdian ini serta semua pihak yang terlibat dalam kegiatan pengabdian ini terutama kepada RA Fitriyah PUI Cigaleuh baik guru maupun orang tua siswa.

DAFTAR PUSTAKA

Aghitsny, A., & Mursid, M. (2024). Implementasi cooking class bagi pengembangan kepercayaan diri anak usia dini. *As-Sibyan: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, *9*(2), 219-230.

Amalia, F., Suriansyah, A., & Rafianti, W. R. (2024). Peran orang tua dalam pendidikan anak: Membangun kolaborasi efektif dengan sekolah. *MARAS: Jurnal Penelitian Multidisiplin*, *2*(4), 2217-2227.

Andini, R., Hafina, A., & Farida, E. (2020, March). Rational Emotive Behaviour Therapy Counselling with Imagery Technique to Improve Resilience of Teenage as Victims of Divorce. In *International Conference on Elementary Education* (Vol. 2, No. 1, pp. 220-236).

Chandra, A., Fitriana, S., Karmila, M., & Widiharto, C. A. (2023). Peningkatan Resiliensi dengan Project Based Leaning pada Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, *7*(4), 4295-4304.

Ekaningtyas, N. L. D., & Wiguna, I. B. A. A. (2024). Strategi orang tua dalam menstimulasi resiliensi pada anak usia dini. *Kumarottama: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, *3*(2), 163-172.

Hasan, M., Arisah, N., Dinar, M., Rahmatullah, R., & Nurdiana, N. (2023). Model experiential learning untuk mengembangkan karakter kewirausahaan berbasis budaya lokal pada anak. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, *7*(2), 1333-1345.

Ciptaan disebarluaskan di bawah Lisensi Creative Commons Atribusi 4.0 Internasional

Hisma, N., Mulyadi, M., & Ashar, A. (2025). Peran orang tua dan guru dalam menumbuhkan kemandirian belajar anak usia dini. *Ihya Ulum: Early Childhood Education Journal*, *3*(1), 422-431.

Komalasari, D. (2023). Kegiatan Cooking Class Sebagai Upaya Pemahaman Gizi Seimbang Anak. *Jurnal Fakultas Keguruan & Ilmu Pendidikan Kuningan*, *4*(2), 67-71.

Lavelle, F., Mooney, E., Coffey, S., Lydon, R., Dean, M., & McCloat, A. (2023). Fun with food-A parent-child community cooking intervention reduces parental fear and increases children's perceived competence. *Appetite*, *180*, 106347.

Masten, A. S. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. American Psychologist, 56(3), 227–238.

National Scientific Council on the Developing Child. (2015). Supportive relationships and active skill-building strengthen the foundations of resilience: Working Paper No. 13. Center on the Developing Child, Harvard University.

Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional. Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2003 Nomor 78. Jakarta: Sekretariat Negara.

Thompson, E. M., & Fenty, N. (2026). Parental and family influences on resilience in young children: A scoping review. Journal of Child and Family Studies, 35, 1925–1943. DOI: 10.1007/s10826-026-03365-3

Ciptaan disebarluaskan di bawah Lisensi Creative Commons Atribusi 4.0 Internasional