

BAB I

PENDAHULUAN

A. Konteks Penelitian

Permendiknas No.58 Tahun 2009 Undang-undang No 20 Tahun 2003 tentang sistem Pendidikan Nasional Pasal 1 Angka 14 mengatakan bahwa Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) adalah upaya pembinaan yang ditujukan kepada anak sejak lahir sampai enam tahun yang dilakukan melalui pemberian rangsangan Pendidikan untuk membantuk pertumbuhan dan perkembangan baik jasmani maupun rohani agar memiliki kesiapan untuk memasuki Pendidikan lebih lanjut.¹

Anak usia dini adalah anak yang baru dilahirkan sampai usia 6 tahun. Usia ini merupakan usia yang sangat menentukan dalam pembentukan karakter dan kepribadian anak. Usia dini merupakan usia ketika anak mengaami pertumbuhan dan perkembangan yang pesat. Usia dini merupakan periode awal yang paling penting dan mendasar dalam sepanjang rentang pertumbuhan serta perkembangan kehidupan manusia. Masa ini ditandai oleh berbagai periode penting yang fundamen dalam kehidupan anak selanjutnya sampai periode akhir perkembangannya. Beberapa konsep yang disandingkan untuk masa anak usiadini adalah masa eksplorasi, masa identifikasi/imitasi, masa peka, masa bermain, dan masa *trozt alter* 1 (masa membangkang tahap 1).² Pendidikan sejak usia dini sangatlah penting mengingat pada masa tersebut merupakan tahapan yang sangat tepat untuk menggali potensi sehingga kualitas yang ada pada diri anak terasah

¹ Novan Ardy Wiyani & Barnawi, *Format PAUD*. (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2012), 32.

² Novan Ardy Wiyani, 32.

dengan matang, dan juga untuk menanamkan moral, karakter, kepribadian sehingga mandiri pribadi yang membanggakan.

Sejalan dengan pendapat tersebut Siibak dan Vinter (2014), mengatakan bahwa Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) adalah pendidikan yang memberikan pengasuhan, perawatan, dan pelayanan kepada anak sejak lahir sampai enam tahun yang dilakukan melalui pemberian rangsangan pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani agar anak memiliki kesiapan dalam memasuki sekolah dasar dan kehidupan tahap berikutnya.³

Bagi orang tua, anak merupakan investasi yang tak ternilai harganya. Kesuksesan anak di masa mendatang adalah kebanggaan bagi orang tuanya. Namun kesuksesan seorang anak tidak akan tercapai jika tidak ditunjang pula dengan pendidikan yang baik. Maka dari itu, sudah selayaknya orang tua harus mempersiapkan pendidikan bagi anaknya sedini mungkin.

Dalam memenuhi kebutuhan sehari-hari tentu memerlukan makanan yang bisa menunjang dalam aktivitas keseharian. Makanan yang diperlukan tidaklah banyak, akan tetapi makanan yang bisa menyegarkan tubuh, bisa mengoptimalkan kecerdasan otak, serta membantu tubuh dalam beraktivitas. Aktivitas itu penting bagi setiap orang karena aktivitas merupakan suatu pekerjaan yang dilakukan oleh manusia sehingga manusia tersebut berguna bagi dirinya serta orang lain.

Sering kali ditemukan bahwa nafsu makan berada ketika makan bersama. Makan bersama bisa memberikan nafsu makan yang lebih dari pada sebelumnya

³ Dra. Lilis Madyawati, *Strategi Pengembangan Bahasa Pada Anak*. (Jakarta: Kencana, 2017), 3-4.

dikarenakan barokah yang terkandung pada makanan mulai terasa karena makan secara bersamaan.

Kandungan dalam makanan bisa dinilai sehat ketika makanan tersebut sudah komplit dari kriteria makanan sehat. Tidak hanya bagi orang dewasa saja, makanan yang sehat serta makanan yang bergizi juga diperlukan bagi anak usai dini. Anak usia dini ataupun anak pada umur awal (0-6 tahun) memerlukan makanan yang bergizi seimbang karena hal tersebut mempengaruhi mental ataupun kecerdasan pada seorang anak. Kecerdasan anak mempengaruhi keselamatan bangsa juga karena anak usia dini merupakan pondasi yang kuat bagi bangsa dan negara.

Dilain pemberian Pendidikan terhadap anak usai dini, tidak kalah pentingnya pemberian asupan makanan bergizi pada anak.⁴ Pemberian asupan gizi yang seimbang sejak dini akan berpengaruh terhadap perkembangan anak. Banyak yang akan dicapai pada perkembangan anak usia dini itu termasuk juga perkembangan fisik motorik, perkembangan sosial emosional, perkembangan Bahasa, perkembangan moral dan agama, perkembangan kognitif, dan juga perkembangan seni.

Dalam arti luas, gizi adalah elemen atau unsure yang terkandung dalam makanan, dimana unsure-unsur itu dapat memberikan manfaat secara langsung bagi tubuh yang mengkonsumsinya sehingga menjadi sehat. Gizi yang seimbang dibutuhkan oleh tubuh, terlebih pada anak usia dini yang masih dalam masa pertumbuhan. Masa kanak-kanak terutama usia dini yang sering disebut *golden*

⁴ Rachma Hasibuan, M. Kes, *Kesehatan dan Gizi Anak Usia Dini* (Tangerang Selatan:Universitas Terbuka, 2018), 2.11

age period merupakan periode yang “rawan” karena pertumbuhan dan perkembangan di usia ini menentukan kondisi anak di kemudian hari.⁵

Untuk menjalani gaya hidup sehat, setiap anak diberi arahan untuk mengonsumsi makanan yang bergizi seimbang. Hal ini bertujuan untuk gizi tubuh dapat terpenuhi dengan baik setiap hari, karena tidak semua orang memahami betul terhadap bagaimana pemberian makanan yang bergizi seimbang. Gizi sendiri bisa dilihat dari kuantitas, kualitas dan juga dari berbagai kebutuhan zat gizi untuk menjaga kesehatan dan pertumbuhan dalam kehidupan sehari-hari. Sehingga aspek-aspek perkembangan terlaksana dengan baik.

Melalui Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD), anak bisa dikenalkan dengan makan-makanan bergizi seimbang, mana makanan yang tidak sehat dan mana makanan yang sehat. Dengan demikian Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) merupakan tahapan awal dimana pada masa tersebut perlu arahan serta didikan dan juga pengenalan mengenai bahayanya banyak mengonsumsi makanan yang tidak sehat seperti *snack* dll. Anak perlu diberi pemahaman bagaimana mengenal makanan dan minuman yang sehat. Dengan demikian anak lebih berhati-hati dalam mengonsumsi makanan setiap harinya. Melalui pengenalan makanan bergizi seimbang di sekolah sangat berpengaruh terhadap kebiasaan peserta didik untuk makan dan minum yang bergizi. Usia dini merupakan masa pertumbuhan dan perkembangan yang paling efektif untuk distimulasi. Masa ini pertumbuhan berlangsung sangat pesat. Demikian pula dengan perkembangannya. Oleh karenanya masa pembinaan kesehatan dan gizi pada anak usia dini sangatlah penting.

⁵ *ibid*, 2.12

Gizi seimbang seringkali diartikan sebagai makanan 4 sehat 5 sempurna. Konsep tersebut untuk pemenuhan gizi yang baik dan seimbang akan Kesehatan setiap individu anak yang dalam masa pertumbuhan dan juga masyarakat secara luas. Anak dalam masa pertumbuhan sangat memerlukan nutrisi untuk menunjang pertumbuhannya, keadaan gizi yang baik merupakan salah satu faktor penting dalam upaya mencapai pertumbuhan yang optimal, tanpa asupan gizi yang cukup maka kemungkinan besar kita atau anak-anak akan mudah terkena penyakit. Apabila kita perhatikan dalam kehidupan sehari-hari di beberapa daerah masih banyak anak-anak yang mengalami kurang gizi, dan ada juga yang mengalami kelebihan gizi. Hal itu akan mengakibatkan keterlambatan dalam pertumbuhan dan juga dalam proses perkembangannya.⁶

Di TK Muslimat NU XVIII Taro'an Tlanakan Pamekasan pemberian gizi pada Anak Usia Dini oleh orang tua sering kali terbengkalai karena kesibukan orang tua siswa yang sibuk dengan pekerjaan masing-masing karena mayoritas wali siswa di TK Muslimat NU XVIII Taro'an Tlanakan Pamekasan berprofesi sebagai petani, baik itu seorang ibu ataupun ayah. Dilain pemberian gizi seimbang, anak belum mengenal dan mengetahui macam-macam zat gizi yang akan dikonsumsinya dalam kebutuhan kesehariannya. Oleh sebab itu, para guru mempunyai inisiatif untuk mengenalkan makanan bergizi seimbang pada siswa TK Muslimat NU XVIII Taro'an Tlanakan Pamekasan melalui kegiatan makan bersama yang sudah di programkan oleh sekolah. Karena menurut para guru TK Muslimat NU XVIII kegiatan makan bersama merupakan kegiatan yang efektif dan menyenangkan ketika memberikan pengetahuan tentang gizi seimbang.

⁶ Rachma Hasibuan, 2.1.

Oleh karena itu, berdasarkan konteks penelitian di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut dengan judul “Implementasi Kegiatan Makan Bersama dalam Pengenalan Makanan Bergizi Seimbang pada Anak Usia Dini Kelompok B di TK Muslimat NU XVIII Taro’an Tlanakan Pamekasan”

B. Fokus Penelitian

Dari beberapa paparan yang sudah dikemukakan, fokus penelitian yang penulis kemukakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimanakah Implementasi Kegiatan Makan Bersama dalam Pengenalan Makanan Bergizi Seimbang pada Anak Usia Dini Kelompok B di TK Muslimat NU XVIII Taro’an Tlanakan Pamekasan?
2. Apa saja manfaat dari kegiatan makan bersama dalam pengenalan makanan bergizi seimbang pada anak usia dini kelompok B di TK Muslimat NU XVIII Taro’an Tlanakan Pamekasan?
3. Apa saja Faktor Pendukung dalam Implementasi Kegiatan Makan Bersama dalam Pengenalan Makanan Bergizi Seimbang pada Anak Usia Dini Kelompok B di TK Muslimat NU XVIII Taro’an Tlanakan Pamekasan?
4. Apa saja faktor penghambat dalam Implementasi Kegiatan Makan Bersama dalam Pengenalan Makanan Bergizi Seimbang pada Anak Usia Dini di TK Muslimat NU XVIII Taro’an Tlanakan Pamekasan?

C. Tujuan Penelitian

Dari beberapa fokus penelitian yang sudah peneliti jabarkan diatas, maka tujuan penelitian yang dapat diambil diantaranya adalah:

1. Mendeskripsikan Implementasi Kegiatan Makan Bersama dalam Pengenalan Makanan Bergizi Seimbang pada Anak Usia Dini Kelompok di TK Muslimat NU XVIII Taro'an Tlanakan Pamekasan.
2. Mengetahui manfaat makan bersama dalam pengenalan makanan bergizi seimbang pada anak usia dini kelompok B di TK Muslimat NU XVIII Taro'an Tlanakan Pamekasan
3. Mengetahui faktor pendukung dalam implementasi Kegiatan Makan Bersama dalam Pengenalan Makanan Bergizi Seimbang pada Anak Usia Dini Kelompok B di TK Muslimat NU XVIII Taro'an Tlanakan Pamekasan.
4. Mengetahui faktor penghambat dalam Implementasi Kegiatan Makan Bersama dalam Pengenalan Makanan Bergizi Seimbang pada Anak Usia Dini Kelompok B di TK Muslimat NU XVIII Taro'an Tlanakan Pamekasan.

D. Kegunaan Penelitian

Dengan adanya penelitian ini, besar harapan peneliti agar penelitian bisa bermanfaat dan memberikan kontribusi dalam rangka meningkatkan pengetahuan kepada peserta didik khususnya dalam bidang Kesehatan.

Adapun manfaat penelitian ini, Implementasi Kegiatan Makan Bersama dalam Pengenalan Makanan Bergizi Seimbang pada Anak Usia Dini Kelompok B di TK Muslimat NU XVIII Taro'an Tlanakan Pamekasan yakni sebagai berikut antara lain:

1. Manfaat Teoritis

Dengan adanya penelitian ini diharapkan mampu menambah khazanah keilmuan bagi peneliti khususnya dan pembaca pada umumnya, sehingga dapat mengembangkan pengetahuan dengan wawasan yang lebih luas secara teoritis maupun praktis khususnya yang berkenaan dengan kegiatan makan bersama dalam pengenalan makanan bergizi seimbang pada anak usia dini.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Guru TK Muslimat NU XVIII Taro'an Tlanakan Pamekasan

Penelitian ini dapat dijadikan sumbangan pemikiran bagi guru dalam mengenalkan makanan bergizi seimbang pada anak usia dini.

b. Bagi Anak Usia Dini

1. Dengan adanya penelitian ini anak dapat menganal dan mengetahui makanan bergizi seimbang bagi dirinya.
2. Penelitian ini dapat dijadikan konektor ilmu dalam menambah wawasan tentang makanan bergizi seimbang.

c. Bagi Lembaga

Dengan mengetahui gambaran pengenalan makanan bergizi seimbang pada anak usia dini, maka diharapkan dapat berguna untuk dijadikan pedoman dalam meningkatkan pengetahuan tentang Kesehatan dan gizi anak usia dini.

d. Bagi Peneliti

1. Dengan penelitian ini diharapkan mampu menambah khazanah keilmuan bagi peneliti khususnya dan bagi pembaca umumnya, sehingga dapat mengembangkan pengetahuan dengan wawasan yang lebih luas dan teoritis maupun praktis.
2. Penelitian ini dapat menambah pengetahuan kepada peneliti khususnya dalam bidang Kesehatan dan gizi anak usia dini untuk mempersiapkan diri menjadi calon pendidik Anak Usia Dini yang profesional.

e. Bagi penelitian berikutnya

Dengan adanya penelitian ini, diharapkan dapat dijadikan bahan referensi atau bahan acuan dalam penelitian selanjutnya.

E. Definisi Istilah

Judul dalam penelitian ini adalah “Implementasi Kegiatan Makan bersama dalam Pengenalan Makanan Bergizi Seimbang pada Anak Usia Dini Kelompok B di TK Muslimat NU XVIII Taro’an Tlanakan Pamekasan”. Untuk dapat lebih memudahkan dalam memahami isi dari penelitian ini serta tidak ada kesalah pahaman antara peneliti dan pembaca, maka penulis perlu menjabarkan istilah-istilah pada judul diatas sebagai berikut:

1. Kegiatan makan bersama.

Kegiatan makan bersama adalah suatu aktivitas yang dilakukan oleh setiap orang dalam menyantap makanan yang sudah disediakan sebelumnya dan hal itu dilakukan secara bersama atau berkelompok.

2. Pengenalan Makanan bergizi seimbang

Pengenalan adalah cara awal dalam melakukan suatu hal. Makanan bergizi seimbang adalah makanan yang mengandung zat-zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh dalam kesehariannya. Hal itu disesuaikan dengan kadar tenaga yang akan dikeluarkan oleh seseorang. Jadi, pengenalan makanan bergizi seimbang adalah cara awal dalam mengenalkan makanan yang mengandung zat-zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh seseorang.

3. Anak Usia Dini

Anak Usia Dini adalah anak yang masih menempuh Pendidikan di TK Muslimat NU XVIII Taro'an Tlanakan Pamekasan dan usia mereka masih diantara umur 5-6 tahun.

F. Kajian Terdahulu

Agar menghasilkan penelitian yang lebih baik lagi, maka peneliti perlu memaparkan beberapa penelitian yang telah dilakukan sebelumnya, yaitu:

1. Wita Tri Agustin. Peran Guru Dalam Mengenalkan Makanan Bergizi Seimbang Pada Anak Kelompok B3 di TK Kartika IV-73 Kabupaten Jember Tahun Ajaran 2018/2019.⁷

Skripsi yang disusun oleh Wita Tri Agustin Peran Guru Dalam Mengenalkan Makanan Bergizi Seimbang Pada Anak Kelompok B3 di TK Kartika. Dalam penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan peran guru dalam makanan bergizi seimbang pada anak. Adapun

⁷ Wita Tri Agustin. Peran Guru Dalam Mengenalkan Makanan Bergizi Seimbang Pada Anak Kelompok B3 di TK Kartika IV-73, *Program Studi Pendidikan Anak Usia Dini Jurusan Ilmu Pendidikan Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Jember*, 2019.

metode yang digunakan adalah pendekatan deskriptif kualitatif yang mana data yang diperoleh melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi. Dari hasil penelitian tersebut peran guru dalam mengenalkan makanan bergizi seimbang pada anak, yang diketahui bahwa pengenalan makanan bergizi seimbang dilakukan oleh guru melalui interaksi, perencanaan, pembelajaran dan pemberian fasilitas di kelas. Perbedaan antara penelitian terdahulu dengan penelitian yang sekarang adalah penelitian terdahulu lebih penekanan bagaimana pendidik bisa mengenalkan kepada anak makanan bergizi seimbang, sedangkan penelitian yang sekarang lebih kepada penerapan agar anak terbiasa makan makanan bergizi seimbang. Persamaan penelitian ini adalah sama-sama mendeskripsikan pengenalan makanan bergizi seimbang pada anak.

2. Dahlia Rahmawati. Peningkatan Pemahaman Gizi Seimbang Pada Anak Melalui Kegiatan Membentuk Kreasi Makanan di Kelompok B TK Darul Ulum Ngembalrejo Kecamatan Bae Kabupaten Kudus.⁸

Skripsi yang disusun oleh Dahlia Rahmawati. Peningkatan Pemahaman Gizi Seimbang Pada Anak Melalui Kegiatan Membentuk Kreasi Makanan di Kelompok B TK Darul Ulum Ngembalrejo Kecamatan Bae Kabupaten Kudus. Dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui cara meningkatkan kesadaran anak terhadap

⁸ Dahlia Rahmawati, Peningkatan Pemahaman Gizi Seimbang Pada Anak Melalui Kegiatan Membentuk Kreasi Makanan di Kelompok B TK Darul Ulum Ngembalrejo Kecamatan Bae Kabupaten Kudus, *Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang*, 2013.

makanan yang mengandung gizi seimbang melalui kegiatan membentuk kreasi makanan dan mengetahui apakah kegiatan kreasi membentuk kreasi makanan dapat meningkatkan pemahaman gizi seimbang anak. Adapun metode yang digunakan adalah metode penelitian tindakan kelas. Dari hasil penelitian tersebut, menunjukkan bahwa peningkatan pemahaman tentang makanan gizi seimbang pada anak melalui membentuk kreasi makanan dinilai sangat efektif. Sedangkan perbedaan antara penelitian terdahulu dengan penelitian yang sekarang adalah penelitian terdahulu pengenalkan makanan gizi seimbang dengan menfariasi bentuk makanan sehingga anak tertarik untuk mengetahuinya, sedangkan penelitian yang sekarang mengenalkan makan makanan bergizi seimbang melalui kegiatan makan bersama. Persamaan penelitian ini adalah sama-sama membiasakan makan makanan bergizi melalui sebuah kegiatan yang dianggap menarik bagi anak.