

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Pertumbuhan dan perkembangan fisik seorang anak dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor salah satunya adalah faktor pemberian nutrisi melalui makanan yang mengandung gizi dan tidak berbahan pengawet. Orangtua memiliki peran yang sangat besar dalam memberikan konsumsi makanan pada anak. Hal tersebut tentu akan memengaruhi anak itu akan berkembang sehingga dapat diperlukan makanan sehat dengan gizi yang baik.

Kemampuan otak anak dapat ditingkatkan dengan nutrisi khusus dan memberikan makanan yang sehat dan tanpa bahan pengawet salah satunya adalah makanan tradisional. Dimana makanan tradisional tidak mengandung bahan pengawet dan juga aman dikonsumsi khususnya untuk anak usia dini. Bukan hanya baik dan sehat dikonsumsi, mengenalkan dan membiasakan anak dalam memberikan makanan tradisional juga sangat perlu di masa modern seperti sekarang. Kebanyakan dari anak lebih sering mengonsumsi makanan cepat saji seperti mie instan, sosis dan masih banyak lagi.¹

Makanan merupakan kebutuhan pokok yang harus dipenuhi oleh setiap orang. Makanan merupakan kebutuhan manusia untuk menunjang kelangsungan hidup yang berguna untuk pertumbuhan dan membangun sel

¹ Suyadi, "Teori Pembelajaran Anak Usia Dini Dalam Kajian Neurosains", (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2014), h.21

tubuh, menjaga agar tetap sehat dan berfungsi sebagaimana mestinya. Dapat dikatakan bahwa fungsi makan secara umum antara lain makanan sebagai sumber tenaga, makanan sebagai bahan pembangun serta pertumbuhan tubuh, dan makanan sebagai pengatur aktivitas tubuh. Oleh karena itu, setiap makhluk hidup membutuhkan makan untuk kelangsungan hidupnya. Tradisi berasal dari bahasa latin yaitu traditio, yang berarti kabar atau penerusan. Tradisi dapat pula diartikan sebagai sesuatu yang diturunkan secara turun-temurun dari suatu generasi ke generasi berikutnya.

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), tradisional dapat diartikan sebagai sikap dan cara berfikir serta bertindak yang selalu berpegang teguh pada norma dan adat kebiasaan yang ada secara turun temurun. Tradisional juga dapat didefinisikan sebagai suatu kebiasaan yang berasal dari leluhur yang diturunkan secara turun temurun dan masih banyak dijalankan oleh masyarakat saat ini. Sesuatu atau seseorang dikatakan tradisional jika sikap, cara berpikir, tindakan, atau karakteristik lainnya mengikuti adat, kebiasaan, atau norma yang diwariskan secara turun-temurun.

Menurut Fardiaz, makanan tradisional adalah makanan dan minuman, termasuk jajanan serta bahan campuran atau bahan yang digunakan secara tradisional, dan telah lama berkembang secara spesifik di daerah dan diolah dari resep-resep yang telah lama dikenal oleh masyarakat setempat dengan sumber bahan local serta memiliki citarasa yang relatif sesuai dengan selera masyarakat setempat. Menurut Marwanti, makanan tradisional mempunyai pengertian makanan rakyat sehari-hari, baik yang berupa makanan pokok,

makanan selingan, atau sajian khusus yang sudah turun-temurun dari zaman nenek moyang.

Penanganan masalah gizi buruk perlu mendapatkan perhatian dari berbagai kalangan Instansi yang terkait perlu mengadakan penyuluhanpenyuluhan kepada masyarakat tentang pentingnya menu gizi yang seimbang untuk anak. Oleh karena itu, penting sekali, kita harus mengetahui tentang makanan bergizi, meski hanya garis besarnya saja. Karena ketidaktahuan akan pola makan, bisa membuat kita terkena berbagai macam penyakit yang dampaknya merugikan diri kita sendiri. Disamping itu, bila sudah terlanjur sakit, biayanya tidaklah murah. Cara yang paling baik adalah menjadi sehat, dengan mengubah pola makan kita.²

Kebutuhan gizi pada anak-anak yang baik dan seimbang perlu diketahui oleh orangtua, supaya menu makan yang disajikan dirumah mengandung gizi yang seimbang yang baik untuk pertumbuhan, perkembangan dan kesehatan anak usia dini. Selain itu membiasakan anak untuk sarapan juga akan dapat menunjang kebutuhan fisik dan daya pikir serta daya ingat anak. Sarapan sangat berguna untuk menjaga kadar gula darah agar tetap normal.³

Usia dini (balita) pada anak merupakan masa *golden age*. Pada masa ini merupakan masa pertumbuhan cepat baik fisik maupun non fisik diluar

² Anggoro Suprpto, "*Hidup Sehat Cara Vegetarian*" (Jakarta: PT Elex Media Komputindo,2009)h.7-8

³ Ratmawati, shinta, *Sehat Pangkal Cerdas* (Jakarta: PT. Kompas Media Nusantara, 2001), h.8

kandungan. Golden age atau usia emas adalah usia 0-6 tahun yang merupakan masa dimana perkembangan fisik, motorik, intelektual, emosional, bahasa dan sosial berlangsung dengan sangat cepat yang hanya terjadi satu kali dalam perkembangan kehidupan manusia.⁴

Pada tahun pertama hingga tahun keenam merupakan periode terpenting untuk merangsang pertumbuhan otak anak, melalui perhatian kesehatan anak, penyediaan gizi yang cukup dan pelayanan pendidikan. Saat yang paling baik bagi seorang anak untuk memperoleh pendidikan yang pas disebut masa peka yaitu usia dini. Oleh karena itu pada masa ini jangan diabaikan dan perlu dimanfaatkan sebaik-baiknya secara cermat dan hati-hati. Di Indonesia secara resmi menggunakan pedoman “Empat Sehat Lima Sempurna”. Sampai sekarang pedoman ini masih dikenal untuk menyiapkan pola hidup sehat dimasyarakat Indonesia dalam menghadapi masalah kekurangan gizi, namun pola dan kebiasaan satu penyebab timbulnya masalah kesehatan dan masalah kesejahteraan bagi keluarga dan masyarakat.⁵

Dalam lembaga pendidikan anak usia dini di RA Nuril Qolbi Sambiroto Kapas Bojonegoro berdasarkan hasil observasi awal terlihat bahwa peran orang tua wali murid di RA Nuril Qolbi dalam penerapan makanan bergizi melalui makanan tradisional yaitu karena kesibukan orang tua dalam bekerja membuat mereka tidak optimal dalam memberikan sarapan bergizi, dan

⁴ Suyadi, “*Teori Pembelajaran Anak Usia Dini Dalam Kajian Neurosains*”, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2014), h. 22

⁵ Winarsih, “*Pengantar Ilmu Gizi Dalam Kebidanan*” (Yogyakarta:Pustaka Baru Press, 2018), hal.13

beberapa orang tua selalu memberikan anaknya bekal kesekolah yang siap saji. Peran orang tua dalam memberikan sarapan bergizi mempunyai kecenderungan tidak mau repot dalam menyiapkan makanan. Terlebih pada orang tua dalam hal ini ibu yang berkerja dan mempunyai kesibukan. Ibu menyiapkan makanan seadanya yang praktis bahkan membeli diluar. Dan juga kebiasaan akan mengkonsumsi makanan instan berdampak terhadap ketidaksukaan anak mengkonsumsi sayuran atau anak mempunyai kecenderungan mengkonsumsi bahan makanan tertentu.

Untuk meningkatkan pengetahuan anak usia dini terhadap makanan daerah atau makanan tradisional harus dikenalkan sejak usia dini, karena makanan tradisional menggunakan bahan alami dan tanpa bahan pengawet, untuk dikonsumsi anak usia dini juga bagus untuk pemenuhan gizinya. Dengan alasan takut anak tidak mau makan, ibu biasanya menyiapkan makanan sesuai kesukaan anak seperti ayam goreng, nugget, mie dan makanan goreng-gorengan lainnya. Sesuai dengan prinsip dasar di RA Nuril Qolbi yaitu mengenalkan dan membiasakan anak untuk menghargai kesehatan tubuh dan jiwa melalui makan sehat dan ramah lingkungan serta kebersihan maka RA Nuril Qolbi ini mengadakan program makanan bergizi melalui makanan tradisional yang dilakukan dalam 2 kali dalam seminggu.⁶

Keluarga sebagai anggota masyarakat sebenarnya memiliki kewajiban dan tanggung jawab untuk melestarikan kebiasaan makan. Kebiasaan makan

⁶ Hasil Wawancara dengan ibu Muslimah kepala RA Nuril Qolbi Sambiroto Kapas Bojonegoro, 1 september 2022 pukul 09.00 WIB di rumah narasumber

merupakan istilah untuk menggambarkan perilaku yang berhubungan dengan makan dan makanan seperti tata krama, frekuensi makan seseorang, pola makan yang dimakan, kepercayaan terhadap makanan (suka atau tidak suka), cara pemilihan bahan makanan yang hendak di makan. Kebiasaan makan keluarga dan susunan hidangan merupakan salah satu manifestasi kebudayaan keluarga yang disebut dengan gaya hidup (*lifestyle*).

Gaya hidup sendiri merupakan hasil dari interaksi antara faktor sosial, budaya dan lingkungan hidup. Seberapa besar kekuatan pengaruh faktor sosial, budaya, dan lingkungan hidup tersebut mewarnai perilaku seseorang di dalam mengkonsumsi pangan akan mempengaruhi upaya perubahan pola pangan kearah pola lain. Tentu saja semakin kuat pengaruh budaya tersebut maka pola pangannya akan semakin sulit untuk diubah. Kebiasaan makan dalam rumah tangga perlu diperhatikan karena kebiasaan makan mempengaruhi pemilihan dan penggunaan pangan, dan selanjutnya mempengaruhi kualitas makanan rumah tangga. Ibu sebagai konsep pangan (penentu arus pangan) dalam keluarga memiliki peran penting dalam mengajarkan arti pangan kepada anaknya. Seorang ibu yang memiliki pandangan tradisional tentu akan tetap mempertahankan konsep pangan seperti yang diajarkan oleh kedua orang tuanya yang bersifat turun-temurun. Kondisi ini semakin berakar kuat ketika fungsi keluarga tersebut sebagai penopang pemenuhan kebutuhan makan masih dominan.

Peran orangtua dalam menanamkan kebiasaan makan sehat akan berimplikasi pada terbentuknya pola makan sehat pada anak. Peran orangtua

sangat penting untuk menentukan apa yang akan dimakan anak. Pemahaman dasar yang penting diketahui oleh seorang ibu adalah tujuan pemberian makanan yang sesungguhnya, ibu harus menyediakan makanan yang mengandung berbagai zat gizi. Sebagaimana terdapat dalam AlQur'an surat Al-Baqarah: 168

يَأْتِيهَا النَّاسُ كُلُّوَا مِمَّا فِي الْأَرْضِ حَلَالًا طَيِّبَاتٍ وَلَا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُبِينٌ

Artinya : *“Hai sekalian manusia, makanlah yang halal lagi baik dari apa yang terdapat dibumi, dan janganlah kamu mengikuti langkah-langkah syaitan, karena sesungguhnya syaitan itu adalah musuh yang nyata bagimu”* (Qs. Al-Baqarah: 168)

Allah SWT berfirman dalam Al-Qur'an surat Al-Maidah Ayat 88 yang berbunyi :

وَكُلُّوَا مِمَّا رَزَقَكُمُ اللَّهُ حَلَالًا طَيِّبَاتٍ وَأَتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي أَنْتُمْ بِهِ مُؤْمِنُونَ

Artinya : *“Dan makanlah makanan yang halal lagi baik dari apa yang Allah telah rezekikan kepadamu, dan bertaqwalah kepada Allah yang kamu beriman kepada-Nya”* (Qs Al-Maidah: 88)

Selain pemahaman tentang asupan gizi yang baik untuk anak, seorang pendidik juga harus memiliki pemahaman dan keterampilan dalam menyiapkan makanan yang bergizi bagi anak, antara lain: perencanaan menu makanan, pengelolaan makanan, dan penyajian makanan.

Cara pengolahan pada resep makanan tradisional dan cita rasanya umumnya sudah bersifat turun temurun sehingga makanan tradisional disetiap tempat atau daerah berbeda-beda. Dari dua pengertian makanan tradisional di atas, dapat dikatakan bahwa makanan tradisional merupakan makanan yang diperoleh secara turun temurun dan di setiap daerah mempunyai ciri khas yang berbeda-beda. Makanan tradisional Indonesia sangat banyak macamnya, berdasarkan tingkat eksistensinya dalam masyarakat hingga saat ini. Keanekaragaman makanan tradisional yang ada dipengaruhi oleh keadaan daerah atau tempat tinggal dan budaya yang ada di daerah tersebut.

Peran ibu dalam perkembangan sangat penting, karena ibu merupakan filter bagi anaknya diharapkan dengan ketrampilan ibu yang baik maka pemantauan anak dapat dilakukan dengan baik. Menurut Hidayat, Orang tua (ibu) adalah orang pertama yang mengajak anak untuk berkomunikasi, sehingga anak mengerti bagaimana cara berinteraksi dengan orang lain menggunakan bahasa. Lingkungan (keluarga) adalah salah satu faktor yang mempengaruhi tumbuh kembang anak. Pada masa kanak-kanak awal anak berada pada tahap perkembangan praoperasional (2-7 tahun), yaitu dimana belum matangnya cara kerja pikiran. Pemikiran pada tahap praoperasional masih kacau dan belum terorganisir dengan baik. Pada masa ini anak berada pada usia emas "golden age" karena itu peran seorang ibu sangat dibutuhkan dalam hal membimbing anak ketika mengenalkan dan mengajarkan budaya - budaya Indonesia melalui sebuah makanan tradisional. Anak merupakan

anggota masyarakat yang notabene merupakan generasi penerus bangsa, dan dipersiapkan pendidikannya untuk kemajuan di masa depan.

Dengan permasalahan tersebut, peneliti akan melihat bagaimana strategi yang harus dilakukan untuk memberikan makanan bergizi, sehingga dengan adanya program tersebut maka peneliti dapat mengukur penerapan melalui “strategi pemberian makanan tradisional melalui makanan tradisional” diharapkan dapat memperbaiki kebiasaan makan makanan bergizi dan mengurangi konsumsi makanan siap saji pada anak juga bias mengenalkan makanan tradisional dengan bahan makanan yang sehat.

B. Rumusan masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, data diketahui bahwa rumusan masalah dari penelitian ini adalah Bagaimana strategi pemberian makanan tambahan melalui makanan tradisional di RA Nuril Qolbi Sambiroto Kapas Bojonegoro?

C. Tujuan penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah di atas dapat diketahui bahwa tujuannya adalah untuk mengetahui strategi pemberian makanan bergizi melalui makanan tradisional di RA Nuril Qolbi Sambiroto Kapas Bojonegoro.

D. Kegunaan penelitian

Hasil penelitian diharapkan memberikan manfaat kualitas pendidikan dan pembelajaran yaitu :

1. Secara teoriss

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan strategi pemberian makanan bergizi melalui makanan tradisional di RA Nuril Qolbi sambiroto.

2. Secara praktis

a. Bagi peneliti

Penelitian ini penting untuk wawasan serta pedoman bagi peneliti serta dapat meningkatkan kemampuan penulis.

b. Bagi guru

Dengan penelitian ini diharapkan agar guru memperoleh wawasan yang luas tentang strategi apa yang harus dilakukan untuk memberikan makanan bergizi pada anak usia dini.

E. Definisi operasional

Untuk meminimalisir kesalahan dalam penafsiran mengenai judul yang dibahas oleh penulis, maka penulis akan menjelaskan beberapa istilah yang vterkait dengan judul penelitian, diantaranya adalah sebagai berikut :

1. Makanan Bergizi

Menurut Fairuzah Tsabit, makanan merupakan segala bahan yang jika dimasukkan ke dalam tubuh atau dimakan akan membuat atau merubah jaringan tubuh, memberikan tenaga dan makanan juga mengandung sebuah nilai tertentu seperti unsur kelezatan, memberikan rasa kenyang serta nilai yang dikaitkan dengan faktor lain seperti emosi,

perasaan tingkat sosial, agama, kepercayaan dan lain-lainnya⁵. Gizi menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) adalah sebuah zat makanan pokok yang diperlukan bagi pertumbuhan dan kesehatan badan, sedangkan menurut WHO gizi adalah sebuah pilar utama dari kesehatan dan kesejahteraan sepanjang hidup, oleh karena itu mulai dari janin, bayi, balita, anak, remaja, dewasa hingga usia lanjut memerlukan sebuah gizi yang menjadi kebutuhan utama untuk pertahanan hidup, pertumbuhan fisik, perkembangan mental, prestasi kerja, kesehatan dan kesejahteraan. Sehingga dapat disimpulkan bahwa makanan bergizi adalah makanan yang mengandung zat-zat tertentu yang bisa membantu proses pertumbuhan tubuh.

2. Makanan Tradisional

Makanan tradisional dapat diartikan sebagai makanan warisan yang diturunkan dan telah membudaya di masyarakat Indonesia yang lekat akan tradisi setempat dengan nilai gizi yang tinggi. Selain itu makanan tradisional dapat diartikan sebagai makanan yang biasa dikonsumsi oleh beberapa generasi yang terdiri dari hidangan yang sesuai dengan selera manusia tidak bertentangan dengan keyakinan agama masyarakat lokal serta terbuat dari bahan-bahan makanan dan rempah-rempah lokal.

Makanan tradisional merupakan wujud budaya yang berciri kedaerahan, spesifik, beraneka macam dan jenis yang mencerminkan potensi alam daerah masing-masing. Makanan tidak hanya sebagai sarana untuk pemenuhan kebutuhan gizi seseorang. Makanan juga berguna untuk

mempertahankan hubungan antar manusia, simbol identitas suatu masyarakat tertentu, dan dapat pula dijual dan dipromosikan untuk menunjang pariwisata yang dapat mendukung pendapatan suatu daerah.

F. Orisinalitas penelitian

Setiap penulisan skripsi diperlukn telaah pada penelitin penelitian terdahulu, hal ini dilkukan agar terhindar dari plagiarisme. Adapun penelitian terdahulu yang relevan dengan skripsi ini dn dapat digunakan sebagai pijakan awal penulisan adalah sebagai berikut:

Table 1.1 penelitian terdahulu

No.	Peneliti dan Tahun	Judul	Variabel Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian
1.	Vely Hartini, (2020)	PROGRAM PENERAPAN POLA HIDUP SEHAT BAGI ANAK USIA DINI MELALUI PEMBIASAA N SARAPAN BERGIZI DI PAUD IT NURATIFAH DI KOTA MANNA	Penerapan hidup sehat, pembiasaan sarapan bergizi	Kualitatif	Pemahaman orangtua terhadap pola hidup sehat bagi anak melalui pembiasaan sarapan bergizi
2.	Ina Lutviana, (2021)	POLA PEMBIASAA N MAKANAN BERGIZI BAGI ANAK USIA DINI DI TK IT	Pembiasaan makanan bergizi	Kuallitatif	Mengonsumsi berbagai makanan adalah kunci agar tubuh anak mendapat nutrisi lengkap

		QURROTA AYUN PONOROGO			
3.	Nurjannah (2019)	MENINGKATKAN MINAT ANAK DALAM MAKANAN BERGIZI MELALUI COOKING CLASS ANAK USIA 5-6 TAHUN DI TK BUDI LUHUR KABUPATEN LAMPUNG TIMUR	meningkatkan minat anak terhadap makanan bergizi dengan cooking class	Kualitatif	Anak lebih menyukai makanan yang dibuat sendiri dengan kegiatan cooking class, dengan begitu minat anak terhadap makanan bergizi meningkat
4.	Nurul Indah Sari Samsudin, (2021)	PENGARUH PEMENUHAN GIZI ANAK MELALUI LUNCH KREATIF TERHADAP STATUS GIZI KELOMPOK B TAMAN KANAK - KANAK SIKAMASEA NG GOWA	Pengaruh pemenuhan gizi dengan lunch kreatif	Kuantitatif	Bekal yang baik yang diberikan pada anak adalah bekal makanan dimana didalamnya berisi makanan dengan gizi seimbang serta merupakan kesukaan anak.

G. Sistematika pembahasan

Untuk memperoleh pembahasan yang sistematis, maka penulis perlu menyusun sistematika sedemikian rupa sehingga dapat menunjukkan hasil penelitian yang baik dan mudah dipahami. Maka penulis akan mendeskripsikan sistematika penulisan sebagai berikut :

Bab pertama, merupakan bagian pendahuluan di dalamnya berisi latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, kegunaan penelitian, definisi operasional, orisinalitas penelitian, dan sistematika pembahasan.

Bab kedua, pada bab ini memuat uraian tentang tinjauan pustaka atau buku-buku yang berisi teori-teori besar dan teori-teori yang dirujuk dari pustaka penelitian kualitatif ini keberadaan teori baik yang dirujuk dari pustaka atau hasil penelitian terdahulu yang digunakan sebagai penjelasan berakhir pada konstruksi teori baru yang dikemukakan oleh peneliti.

Bab ketiga, menjelaskan tentang metode penelitian yang digunakan oleh peneliti, metode penelitian meliputi pendekatan dan jenis penelitian, kehadiran peneliti, lokasi penelitian, sumber data, teknik pengumpulan data, teknik analisis data, dan pengecekan keabsahan data.

Bab keempat, berisikan hasil penelitian data dan temuan yang diperoleh saat penelitian dengan menggunakan metode dan prosedur yang ditentukan

Bab kelima, bab ini berisikan temuan studi berupa kesimpulan dari keseluruhan pembahasan dan saran rekomendasi dari hasil kesimpulan tersebut.