

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Industri makanan yang berlimpah berlomba-lomba menawarkan produk makanan yang praktis. Perilaku konsumtif orang tua menambah daftar panjang pemberian makanan yang tidak sehat bagi anak. Makanan instan yang dipasarkan saat ini mengandung banyak bahan makanan tambahan, mulai dari pengawet, pewarna, pengental, pemanis dengan kadar yang bermacam-macam. Meski dengan kadar kecil dan telah mendapat izin dari Badan Pengawasan Makanan dan Obat (BPOM), namun dampak konsumsi dari makanan tersebut sangat berbahaya. Terlebih pada anak yang dapat menghambat perkembangan dan pertumbuhan pada anak, yang lebih parahnya jangka panjang dapat menimbulkan penyakit mematikan seperti kanker.¹

Kebiasaan anak mengkonsumsi makanan instan berdampak terhadap ketidaksukaan anak mengkonsumsi sayuran serta anak suka memilih-milih makanan (*picky eaters*) atau anak mempunyai kecenderungan mengkonsumsi bahan makanan tertentu.² Padahal sayuran sangat diperlukan tumbuh kembang anak dalam pemenuhan gizi. Hal ini dapat diperparah lagi dengan lemahnya sikap tegas dari orang tua yang selalu menuruti keinginan anak. Dengan alasan takut anak tidak mau makan, ibu biasanya menyiapkan makanan sesuai kesukaan anak seperti nugget, ayam goreng, dan makanan goreng-gorengan lainnya yang jauh dari kata sehat. Hal ini bertentangan dengan program hidup bersih dan sehat (PHBS) yang diselenggarakan di sekolah.³

¹ Hardianti, 2018, Picky eating dan status gizi pada anak prasekolah, jurnal skripsi di akses pada tanggal 2 juni 2022 pk1 11.30

² Niafatma, peran guru dalam menangani asupan gizi seimbang pada anak melalui gizi seimbang di TA assiyah 1 Ronggo Kota Bima, jurnal skripsi, di akses pada tanggal 20 juni 2022 pk1 13.20

³ Ana, 2020, *Pengertian Industry Makanan*, skripsi di akses pada tgl 1 juni 2022 pk1 15.20

Mengonsumsi jajanan yang mengandung banyak bahan pengawet membuat anak ketagihan sehingga anak lebih suka memilih milih makanan (*picky eaters*) akibatnya berpengaruh terhadap status gizi anak, jika konsumsi jajanan mengandung aneka jenis zat-zat dan vitamin yang baik maka status gizi anak akan baik, Sedangkan jika konsumsi jajan mengandung zat-zat yang berbahaya dan minim akan kandungan vitamin maka status gizi anak akan buruk, Pola jajan anak merupakan suatu perilaku mengonsumsi aneka jajanan yang dilakukan anak pada usia sekolah.⁴

International Study of Asthma and Allergies in Childhood mengemukakan bahwa mengonsumsi makanan cepat saji dikaitkan dengan munculnya gejala asma, rinitis dan eksim pada anak, penelitian tersebut dilakukan dengan melibatkan 500.000 anak, yang terdapat di 31 Negara. Anak-anak yang mengonsumsi makanan cepat saji sebanyak 3 kali dalam seminggu diketahui memiliki risiko terkena asma, rinitis, dan eksim yang lebih tinggi. Tidak hanya itu, anak yang sering mengonsumsi makanan cepat saji juga akan berisiko tinggi untuk mengalami.⁵

1. Penurunan prestasi akademik

Kandungan gizi yang tidak lengkap, serta tingginya kadar gula dan lemak pada makanan cepat saji dapat mengganggu perkembangan otak maupun fungsi memori anak. Hal ini dapat mengganggu proses belajar anak, yang pada akhirnya berdampak pada penurunan prestasi akademiknya.

2. Kegemukan atau obesitas

Makanan cepat saji mengandung lemak dan gula yang kadarnya sangat tinggi. Keadaan ini menyebabkan penguraian lemak di dalam tubuh menjadi lebih sulit,

⁴ Ana, 2020, *Pengertian Industry Makanan*, skripsi di akses pada tgl 1 juni 2022 pkl 15.20

⁵ Deasy mayasari, "*Dampak buruk makanan cepat saji pada perkembangan anak*" junal kesehatan di akes pada tgl 10 juli 2022 pukul 13

sehingga lemak akan semakin menumpuk. Hasilnya apalagi kalau bukan kegemukan alias obesitas

3. Menurunnya rasa percaya diri hingga depresi

Obesitas akibat mengonsumsi makanan cepat saji secara berlebihan akan berpengaruh pada perkembangan fisik anak. Ini membuat anak menjadi tidak percaya diri, dan berisiko mengalami depresi sejak dini.

4. Mudah lemas

Kurangnya asupan gizi, vitamin dan mineral saat masa tumbuh kembang, membuat anak cenderung lemas dan tidak bertenaga dalam melakukan aktivitas sehari-hari.

5. Timbul penyakit kronis

Kurangnya asupan gizi di masa tumbuh kembang, membuat anak berisiko tinggi untuk mengalami diabetes melitus tipe-2, hipertensi, penyakit jantung, dan kanker.

Konsumsi industri makanan cepat saji menambah daftar panjang anak yang cenderung suka memilih-milih makanan tertentu (*pickt eaters*). Sehingga menambah daftar panjang anak kurang gizi akibat sering mengonsumsi makan cepat saji. Pastikan kita sebagai orang tua atau sebagai pendidik membatasi atau bahkan menghindari pemberian makanan cepat saji pada anak. Sebagai gantinya, kita dapat memberikan makanan sehat dan bergizi seimbang. Dengan begini, anak akan memiliki tumbuh kembang yang optimal, serta terhindar dari hal-hal yang tidak diinginkan.⁶

⁶ dr. Dyah Novita Anggraini, 2018, *Dampak Makanan Cepat Saji pada Tumbuh Kembang Anak*, h.klikdokter.com/info-sehat/read/3224217/dampak-makanan-cepat-saji-pada-tumbuh-kembang-anak, artikel di akses pada tanggal 10 juli 2022, pkl 13.20

Selanjutnya ada beberapa cara yang dapat orangtua lakukan untuk mengatasi anak *picky eater* yang cenderung suka memilih-milih makanan tertentu dengan cara. Orang tua dapat menyiasati makanan anak dengan menyajikan makanan sehat bersamaan dengan makanan yang disukai. Makanan tersebut dapat disajikan dengan porsi kecil terlebih dahulu. Jelaskan kepada anak bahwa dia tidak harus memakannya, tetapi makanan tersebut dapat membuat tubuhnya sehat. Umumnya, anak-anak akan penasaran dan mulai mengonsumsi makanan sehat yang disajikan. Jika anak sudah mulai menyukainya, ibu dapat menambahkan porsi makanan sehat tersebut, dan secara perlahan mengurangi konsumsi makanan siap saji.

Adapun Seorang guru atau pendidik pun juga ikut serta membantu menanggulangi *picky eater* tersebut dengan cara mengadakan pemberian makanan tambahan (PMT) di setiap minggunya, pemberian makanan utama selain makanan pokok yang diberikan pada anak usia dini, tambahan makanan merupakan makanan bergizi seimbang yang diberikan kepada anak usia dini untuk memenuhi kebutuhan gizi anak yang mana makanan yang diberikan harus tercakup kedalam makanan 4 sehat 5 sempurna yang diberikan setiap hari pada anak didominasi seperti nasi, sayur dan lauk-pauk. Pemberian makanan tambahan ini sangat membantu guru dan orang tua dalam mencukupi kebutuhan asupan gizi anak usia dini dikarenakan tidak semua orang tua mengerti tentang makanan yang dapat memenuhi kebutuhan gizi pada anak.⁷

program pemberian makanan sehat merupakan intervensi untuk pembiasaan makanan sehat dan pembiasaan hidup sehat sebagai penerapan layanan *holistic integrative* di satuan PAUD / satuan Pendidikan Nonformal (PNF) yang

⁷ Kemenkes RI. Panduan Penyelenggaraan Pemberian Makanan Tambahan Pemulihan Bagi Balita Gizi Kurang. Jakarta: Kamenkes RI :2011.

menyelenggarakan program PAUD serta sebagai inisiasi bagi pemerintah daerah untuk menuntaskan stunting di wilayahnya.⁸

Pemberian makanan tambahan bertujuan untuk menaggulangi anak yang suka milih-milih makanan (*picky eaters*) serta memperbaiki keadaan gizi pada anak. Anak yang menderita gizi kurang, dan diberikan dengan kriteria anak-anak yang tiga kali berturut-turut tidak naik timbangannya serta yang berat badannya pada KMS terletak dibawah garis merah. Bahan makanan yang digunakan dalam PMT hendaknya bahan-bahan yang ada atau dapat dihasilkan setempat, sehingga kemungkinan kelestarian program lebih besar. Diutamakan bahan makanan sumber kalori dan protein tanpa mengesampingkan sumber zat gizi lain seperti: kacang-kacangan, umbi-umbian, padi-padian, kelapa, sayur hijau dan hasil olahannya.⁹

Banyaknya anak yang mengalami *picky eaters* (memilih-milih makanan) karena orang tua yang membiasakannya membiarkan anak untuk memilih-milih makanan, berdasarkan hasil observasi di bulan juni 2022 di Pos Paud Sakura Kalisat Sumberjokidul sukosewu bojonegoro tahun ajaran 2021/2022, sebagian anak yang masih suka memilih-milih makanan (*picky eaters*), suka makan makanan yang tidak bergizi dan lebih suka makan makanan yang siap saji masih sangat banyak hampir satu kelas semua anak *picky eaters* oleh karena itu di berikan Pengarahan oleh guru tentang makanan yang bergizi dan menunjukkan makanan yang bukan siap saji, akan tetapi seagian anak ini masih tetap memilih makanan yang siap saji, mungkin karena factor saat di rumah sudah di biasakan dan di biarkan memilih-milih makanan (*picky eaters*) dan yang mengandung industry (makanan siap saji).¹⁰

⁸ Nurul Maziatul Hasanah 2019, Penyelenggaraan Jalur Pendidikan Formal dan Non ormal Studi Kasus PAUD

⁹ Abinahumam, 2016, *Pemberian Makanan Tambahan (Pmt) Anak Usia Prasekolah*, di akses pada tgl 7 juni 2022 pkl 12.30

¹⁰ Peneliti, 2022, *Observasi Picky Eater Pada Anak Usia Dini DiPos Paud Sakura*, pada tanggal 03 juni 2022, pkl 08.30 wib

Ciri-ciri anak *picky eaters* suka pilih-pilih makanan terjadi karena beberapa penyebab yang harus di perhatikan oleh orang tua. *Picky eaters* pada anak umumnya terjadi: Anak tidak merasa atau bosan, tidak menyukai tekstur makanan. Anak mengalami sakit seperti sariawan, gigi berlubang, atau infeksi pada gusinya, masalah psikologi seperti kurang perhatian, hubungan orang tua yang kurang harmonis, pernah alami trauma makan, seperti pernah di paksa atau makan dengan rasa yang tidak enak, terlambat memperkenalkan makanan pada anak, pola asuh memberi makan, seperti pola asuh otoriter dengan tekanan meningkatkan resiko anak mengalami *picky eaters*.

Setiap anak pastinya mempunyai penyebab *picky eaters* yang berbeda-beda. Penting bagi orang tua untuk memahami penyebab anak *picky eaters* lalu mencari cara untuk mengatasinya.¹¹

Kesehatan pertumbuhan anak tergantung dari cara makan makanan yang di konsumsi setiap harinya, seandainya makanan itu memiliki cukup banyak gizi pertumbuhan anak akan semakin membaik, tetapi jika sebaliknya mungkin akan menghambat pertumbuhan dan kesehatan anak dan menjadikan anak ketergantungan dengan makanan yang mengandung banyak industri (makanan cepat saji). Berdasarkan latar belakang di atas, maka dari itu penulis tertarik mengangkat Judul “**Peran Kegiatan PMT Untuk Menagulangi *Picky Eaters* Pada Anak Pra Sekolah Di Pos Paud Sakura Kalisat Kecamatan Sukosewu Kabupaten Bojonegoro**”.

A. Rumusan Masalah

¹¹ Dresyamaya Fiona, 2022, *Mengenal Tanda Picky Eater pada Anak*, artikel di akses pada tgl 01 agustus 2022, pkl 10.20

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut, peneliti mengidentifikasi beberapa masalah yang akan di teliti sebagai berikut:

1. Bagaimana peran pemberian makanan tambahan (PMT) dalam menagulangi *picky eaters* pada anak pra sekolah di Pos Paud Sakura Sukosewu Bojonegoro?
2. Bagaimana factor penghambat dan pendukung *Picky Eaters* pada anak pra sekolah di Pos Paud Sakura Sukosewu Bojonegoro?

B. Tujuan Peneliti

Berdasarkan pada rumusan masalah, maka diperoleh tujuan masalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui peran pemberian makanan tambahan (PMT) dalam menagulangi *picky eaters* pada anak pra sekolah di Pos Paud Sakura Sukosewu Bojonegoro?
2. Untuk mengetahui factor penghambat dan pendukung *Picky Eaters* pada anak pra sekolah di Pos Paud Sakura Sukosewu Bojonegoro?

D. Signifikasi Penelitian

Pada penelitian peran kegiatan PMT untuk menagulangi *picky eater* pada anak usia dini memberikan manfaat bagi peserta didik terutama masyarakat:

1. Secara Teoritis

Penelitian ini di harapkan menjadi masukan penting untuk anak usia dini melalui pemberian makanan tambahan (PMT)

2. Secara Praktis

- a. Bagi anak

Penelitian ini di harapkan dapat membantu peserta didik dalam mengenal makanan bergizi seperti sayur-sayuran (4 sehat 5 sempurna). Melalui pemberian makanan tambahan (PMT) anak dengan mudah menanggulangi *picky eating*.

b. Bagi Guru

Penelitian ini di harapkan dapat memberikan masukan kepada guru dalam pemberian makanan yang menarik dan menarik untuk anak usia dini,

c. Bagi Orang Tua

Penelitian ini di harapkan agar orang tua dapat memahami konsep pemberian makanan yang sehat dan bergizi melalu memasak dengan cara yang menarik sesuai imajinasi anak.

E. Definisi Oprasional

Definisi oprasional khusus yang didasarkan pada sifat-sifat yang didefinisikan, dapat diamati oleh peneliti lain.

1. Pemberian makanan tambahan anak sekolah ialah kegiatan pemberian makanan kepada peserta didik dalam bentuk kudapan yang aman dan bergizi, (PMT) bertujuan untuk meningkatkan ketahanan fisik anak sekolah sebagai upaya perbaikan gizi dan kesehatan sehingga dapat mendorong minat dan kemampuan belajar siswa.

picky eaters merupakan sebuah gangguan makan yang mencegah konsumsi makanan tertentu dan enggan untuk mencoba makanan baru. Anak dengan gangguan *picky eaters*

2. mengonsumsi asupan makan yang kurang bervariasi dan biasanya rendah sayuran, buah, makanan kaya protein dan serat karena penolakan terhadap makanan.

F. Orisinalitas Penelitian

Peneliti menjelaskan tentang “peran kegiatan PMT untuk menagulangi *picky eaters* pada anak usia dini di pos paud sakura kalihat kecamatan sukosewu kabupaten bojonegoro. dengan metode kualitatif. Penelitian yang berkaitan dengan pengaruh pendidikan orang tua terhadap karakter siswa yang pernah dilakukan oleh:

Tabel 1.1

Penelitian Terdahulu

No	Nama Peneliti, Tahun, dan Judul Penelitian	Persamaan	Perbedaan	Orisinalitas Penelitian
1	Pemberian makanan tambahan (PMT) pada anak klompok A1 di PAUD al qonita palang raya	<ul style="list-style-type: none"> - Menggunakan metode penelitian tindakan kelas - Membahas tentang tujuan memberikan makanan tambahan 	<ul style="list-style-type: none"> - Meneliti tentang peran pemberian makanan tambahan - Subyek penelitian anak usia pra sekolah 	
2	Amaliya ayu windiyani Pengaruh kegiatan membentuk kreasi mankanaan terhadap perbaikan prilaku picky eater pada usia anak usia 5-6 thn di	<ul style="list-style-type: none"> - Membahas cara menagulangi anak picky eater - Menggunakan kreasi makanan 	<ul style="list-style-type: none"> - Penelitian dilakukan pada siswa pos paud sakura - Mebahas tentang cara menagulangi picky eater pada anak pra sekolah 	

	TK negeri Pembina kabupaten pemalang			
3	Priyanah Gambaran kteristik anak picy eater di desa surakarta	- Membahas tentang anak yang suka pilih plih makanan (picky eater)	- Penelitian dilakukan pada sekelompok anak di desa	
4	Luluk nurhayati Picky Eaters Pada Anak Usia Dini Di Kabupaten Bandung	- Membahas tentang picky eater	- Penelitian dilakukan pada anak usia dini	
5	Dea ismi yeni Evaluasi Program Pemberian Makanan Sehat Anak Usia Dini Di Taman Kanak-Kanak Negeri Pembina Tanggamus	- Menu program makanan sehat - Program makanan sehat	- Penelitian di lakukan di TK Negeri Pembina Tanggamus	

G. Sistematika Pembahasan

BAB I: Pendahuluan

Bab ini menerangkan tentang dasar atau pedoman yang didalamnya dibahas secara detail dan yang telah dipaparkan meliputi: konteks penelitian, focus penelitian, tujuan, manfaat penelitian, orisinalitas penelitian, sistematika pembahasan dan definisi operasional.

BAB II: Landasan Teori

Bab ini menjelaskan tentang cara menagulangi *picky eaters* pada anak pra sekolah

BAB III: Metode Penelitian

Bab ini memaparkan tentang jenis metode penelitian, populasi dan sampel, jenis data, sumber informasi, teknik pengumpulan data, dan teknik analisis data.

BAB IV: Penemuan dan Hasil Penelitian

Berisi atas jawaban dari rumusan masalah, yang menjelaskan tentang cara menagulangi *picky eaters* pada anak pra sekolah.

BAB V: Penutup

Bagian akhir dari penelitian yang berisi kesimpulan dan saran dari hasil penelitian.

