

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan menjadi hak semua orang dalam menuntut ilmu dan mencari pengalaman. Pendidikan sebagai upaya terlaksananya kegiatan belajar mengajar, melalui metode-metode yang terstruktur dan terencana sesuai dengan kebutuhan yang anak butuhkan. Sederhananya, pendidikan sebagai proses dalam belajar. Berdasarkan UU No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional menyatakan:

Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar agar peserta didik aktif mengembangkan potensi dirinya (spiritual, kepribadian, kecerdasan, akhlak, keterampilan) yang diperlukan untuk diri, masyarakat, bangsa, dan negara. Pendidikan nasional berakar pada nilai agama, kebudayaan, dan tanggap zaman.

Melalui pernyataan tersebut tampak bahwa tujuan utama dalam pendidikan tentunya untuk membantu anak mengembangkan potensi yang dimiliki anak. Selain itu, pendidikan bertujuan dalam pembentukan karakter anak, membentuk karakter mandiri dan bertanggungjawab. Melalui Pendidikan anak bisa belajar banyak hal, seperti membaca, menulis, berhitung, bahkan memahami hal-hal baru yang didapatkan dari pengalaman belajar anak. Pendidikan memberi kontribusi dalam meningkatkan pengetahuan dan wawasan, membantu anak dalam mempersiapkan diri menuju masa depan. Dengan adanya pendidikan, sangat berpengaruh terhadap intelektual, mempermudah anak dalam belajar dan memahami.

Pendidikan pada anak usia dini terjadi dalam 3 ruang lingkup, yaitu pendidikan formal, nonformal, dan informal. Pendidikan formal terjadi di

Taman Kanak-Kanak (TK) dan Raudhatul Athfal (RA), pendidikan nonformal terjadi di Kelompok Bermain (KB) dan Tempat Penitipan Anak (TPA) dan pendidikan informal terjadi di lingkungan rumah dan masyarakat. Melalui 3 ranah pendidikan tersebut maka anak dapat berkembang secara optimal.

Anak usia dini berada pada rentang usia 0-6 tahun yang dikenal sebagai masa *golden age*. Pada masa ini perlu upaya pembinaan yang baik bagi anak usia dini. Menurut Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 pasal 1 ayat 14 dijelaskan bahwa:

Pendidikan Anak Usia Dini adalah suatu upaya pembinaan yang ditujukan kepada anak sejak lahir sampai dengan usia enam tahun yang dilakukan melalui pemberian rangsangan pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani agar anak memiliki kesiapan dalam memasuki pendidikan lebih lanjut.

Penyataan tersebut mengandung makna bahwa anak berhak untuk mendapatkan pengasuhan, kasih sayang, lingkungan kehidupan yang baik, terutama hak untuk mendapatkan pendidikan yang layak. Pendidikan anak usia dini berada pada tahap perkembangan yang sangat pesat atau biasa di sebut *golden age*, sehingga diperlukan pembinaan melalui pemberian rangsangan pendidikan untuk membantu tumbuh kembang jasmani maupun rohani anak. Upaya mengoptimalkan pertumbuhan anak usia dini terhadap 6 (enam) aspek perkembangan, diperlukan pemberian stimulus yang tepat sehingga berpengaruh terhadap perkembangan anak.

Anak usia dini mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat serta unik. Pendidikan anak usia dini membutuhkan dukungan dari peran orangtua dan pendidik, dimana anak harus diberi kesempatan untuk

mempelajari hal-hal baru, anak harus di beri kesempatan untuk mendapatkan pengalaman belajar yang nyaman dan menyenangkan. Pembentukan karakter dasar, kepribadian, kognitif, moral spiritual, sosial emosional, fisik motorik, bahasa dan seni harus di bentuk melalui stimulus yang tepat, seperti bermain sambil belajar yang dimana hal itu akan memberikan pengalaman yang bermakna untuk anak. Anak usia dini memiliki pola pertumbuhan dan perkembangan motorik, kepekaan anak sangat sensitive terhadap rangsangan dalam pengembangan fisik dan psikis. Dalam segi intelektual, anak usia dini masih berpikir secara sederhana, naif, belum logis seperti pikiran orang dewasa, dan dunianya lebih banyak di bangun melalui imajinasi. Melalui belajar sambil bermain, anak akan merasakan pengalaman yang nyata yang membuat anak bisa belajar secara optimal, selain itu bermain sambil belajar dapat membantu anak beradaptasi ketika memasuki jenjang sekolah formal. Dalam memberikan pengalaman belajar yang menyenangkan untuk anak usia dini, kegiatan belajar dapat dilakukan dengan cara meniru, melakukan eksperimen kecil dengan melibatkan potensi dan kecerdasan anak.

Pembelajaran anak usia dini di sekolah pada umumnya bertujuan untuk mengembangkan 6 aspek perkembangan, yakni: aspek moral spiritual, kognitif, seni, bahasa, sosial emosional, dan fisik motorik. Pembelajaran di sekolah berorientasi pada anak, dimana pembelajaran disesuaikan dengan usia, kebutuhan, minat dan tahap perkembangan anak. Guru tidak hanya sebagai pendidik, tetapi juga sebagai pembimbing, motivator dan fasilitator, dimana guru harus menciptakan pengalaman belajar yang menyenangkan lewat

pengalaman belajar sambil bermain. Dalam menciptakan lingkungan belajar yang menyenangkan, anak di libatkan secara langsung melalui kegiatan mengamati, eksperimen, bertanya dan berinteraksi dengan teman serta lingkungan sekitar. Pembelajaran di sekolah umumnya menggunakan pendekatan tematik terpadu, dimana tema yang di gunakan di kaitkan dengan berbagai aspek perkembangan anak. Metode yang di gunakan seperti bernyanyi, bermain peran, bercerita serta kegiatan eksplorasi sederhana.

Pembelajaran yang baik dapat terlaksana jika anak tercukupi kebutuhan gizinya, karena gizi merupakan faktor penting dalam pertumbuhan anak. Salah satu upaya dalam mendukung pertumbuhan anak agar bisa belajar secara optimal adalah melalui makanan, karena melalui makanan dapat membentuk tumbuh kembang anak baik secara fisik maupun psikis. Mengkonsumsi gizi yang seimbang sangat berpengaruh terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak. Gizi seimbang meliputi karbohidrat, protein, serat, vitamin, zinc dan zat besi.

Pertumbuhan dan perkembangan anak yang baik sangat ditentukan oleh makanan yang sehat dan cukupnya gizi yang masuk. Gizi yang kurang dapat menyebabkan masalah pada pertumbuhan dan perkembangan anak. Gizi yang kurang dapat mempengaruhi fungsi intelektual yang menyebabkan anak sulit untuk mencerna pembelajaran di rumah maupun di sekolah, turunya fungsi imun tubuh sehingga menyebabkan anak rentan sakit, lambatnya perkembangan motorik seperti motorik halus dan kasar karena kurangnya gizi dalam pembentukan kekuatan tulang pada anak, kurangnya interaksi sosial

sehingga anak sulit untuk berinteraksi dengan orang sekitarnya, serta dapat menimbulkan masalah lainnya yang akan berdampak jangka panjang pada peserta didik.

Gizi kurang dapat dilihat melalui perkembangan fisik anak, seperti berat badan kurang, tinggi badan, lingkar lengan dan lingkar kepala. Gizi kurang disebabkan oleh banyak hal yang saling berkaitan. Gizi kurang tentunya dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti kondisi sosial ekonomi keluarga, asupan makan yang kurang, penyakit infeksi, pola asuh dan pola makan, kurangnya akses pelayanan kesehatan, lingkungan dan sanitasi, ASI eksklusif, dan perilaku makan *picky eater*. Gizi kurang dimulai pada saat anak memilih-milih makanan yang mereka konsumsi. Anak cenderung hanya mau makan jenis makanan yang itu-itu saja, seperti hanya makan telur, mie instan, atau hanya mengonsumsi cemilan yang disukai, sedangkan sayur, buah, dan makanan berprotein seringkali sangat kurang. Hal ini menyebabkan asupan gizi kurang dan tidak seimbang.

Program makanan tambahan di sekolah menjadi salah satu upaya untuk meningkatkan status gizi anak, khususnya anak usia dini. Program ini bertujuan membantu memenuhi kebutuhan gizi anak agar pertumbuhan dan perkembangannya berjalan optimal serta mendukung keberhasilan proses belajar. Makanan yang diberikan bukan sebagai pengganti makanan utama, melainkan sebagai tambahan asupan gizi guna melengkapi kebutuhan nutrisi anak.

Berdasarkan hasil praobservasi di perkuat dengan wawancara pada hari senin, 14 Januari 2026 bersama guru didapatkan ada seorang siswa yang mengalami gizi kurang di kelas B berinisial AV, peneliti mendapatkan informasi dari guru kelas B bahwa siswa berinisial AV mengalami perilaku *picky eater* yang bisa dikatakan sudah masuk dalam kategori berat. Guru menjelaskan bahwa AV disekolah sering tidak memakan bekal yang dibawa dari rumah. dalam kurun waktu 6 hari selama kegiatan sekolah berlangsung, AV paling hanya 3 hari mengkonsumsi bekal, dan suapan nasi paling banyak 4 suapan. Selama proses belajar di sekolah, AV mengalami kesulitan dalam mencerna pembelajaran. Sampai saat ini, AV belum bisa mengenal huruf.

Informasi tersebut diperkuat juga dengan informasi yang diperoleh dari orangtua. Orangtua AV menjelaskan bahwa AV sangat pemilih dalam mengkonsumsi makanan, AV hanya mau mengkonsumsi beberapa makanan saja seperti ayam, ikan, telur, tahu, makanan cepat saji, mie instan dan satu-satunya sayur yang AV konsumsi yaitu kangkung, itupun hanya bagian daunnya saja. Dari penjelasan yang peneliti dapatkan perilaku *picky eater* AV bermula ketika AV berusia 2 tahun, yang dimana harusnya pada usia ini kebutuhan gizi AV harus diperhatikan dengan baik. Pola makan yang tidak teratur mengakibatkan AV mengalami gizi kurang.

Faktor yang menyebabkan pola makan AV tidak teratur karena kurangnya perhatian orangtua dalam memperhatikan pola makan AV dikarenakan orangtua AV sibuk bekerja. Awalnya orangtua AV tidak terlalu menghiraukan perilaku *picky eater* yang terjadi pada AV, karena mereka

menganggap hal ini normal dan mereka berpikir akan membaik seiring bertambahnya usia AV. Ternyata perilaku *picky eater* AV terus berlanjut hingga sekarang AV berusia 5 tahun 10 bulan. AV tidak hanya memilih makanan saja, tetapi kerap kali AV tidak nafsu untuk mengkonsumsi nasi. Bahkan dari AV berusia 4 tahun, tidak jarang dalam sehari AV tidak ada mengkonsumsi nasi dan lauk pauk, AV hanya mengkonsumsi cemilan dan jajanan es saja.

Berdasarkan dari hasil wawancara diperkuat dengan hasil observasi yang menunjukkan bahwa siswa AV pertumbuhan fisiknya lebih kecil dibandingkan dengan teman-temannya. Untuk memastikan AV gizinya kurang atau tidak, maka pada hari Selasa 20 Januari 2026, peneliti bersama ibunda AV membawa AV ke puskesmas Mensiku untuk melakukan screening gizi dan kami di layani langsung oleh dokter dan ahli gizi. Screening gizi AV dimulai dari menimbang berat badan, kemudian mengukur tinggi badan, lingkar kepala, dan lingkar lengan. Dari hasil screening didapatkan bahwa AV di diagnosis gizi kurang tanpa komplikasi. Pihak puskesmas menjelaskan bahwa penyebab AV mengalami gizi kurang yaitu AV tidak mau mengkonsumsi karbohidrat yang menyebabkan AV tidak mempunyai cadangan lemak sebagai sumber tenaga.

Hasil wawancara peneliti bersama kepala sekolah, program makanan tambahan diberikan sebulan sekali di TK Pertiwi dengan tanggal yang tidak menetap. Program ini sudah berjalan 10 tahun, dana yang digunakan sekolah disisihkan Rp. 5.000 dari uang SPP siswa. Pemberian makanan tambahan berupa susu, bubur ayam, bubur kacang hijau, telur, dan buah. Biasanya

sekolah memberikan 2 menu, tetapi kadang hanya satu menu saja, hal itu disesuaikan dengan dana yang ada.

Berdasarkan dari pemaparan diatas, maka peneliti tertarik meneliti dengan judul Analisi Gizi Kurang Pada Anak *Picky Eater* (Studi Kasus Pada Siswa Berinisial AV di TK Pertiwi Kecamatan Binjai Hulu).

B. Fokus Penelitian

Fokus penelitian ini adalah membahas tentang Analisi Gizi Kurang Pada Anak *Picky Eater* (Studi Kasus Pada Siswa “AV” di TK Pertiwi Kecamatan Binjai Hulu Tahun Pelajaran 2025/2026).

C. Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan latar belakang tersebut, pertanyaan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Apa saja faktor yang penyebab gizi kurang pada siswa “AV” di TK Pertiwi Kecamatan Binjai Hulu Tahun Pelajaran 2025/2026?
2. Bagaimana dampak negatif dari gizi kurang pada siswa “AV” di TK Pertiwi Kecamatan Binjai Hulu Tahun Pelajaran 2025/2026?
3. Bagaimana upaya guru dan orang tua dalam menangani gizi kurang pada siswa “AV” di TK Pertiwi Kecamatan Binjai Hulu Tahun Pelajaran 2025/2026?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah tersebut, peneliti merumuskan tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mendeskripsikan faktor penyebab gizi kurang pada anak *picky eater* “AV” di TK Pertiwi Kecamatan Binjai Hulu Tahun Pelajaran 2025/2026.
2. Untuk mendeskripsikan dampak negatif dari gizi kurang pada siswa “AV” di TK Pertiwi Kecamatan Binjai Hulu Tahun Pelajaran 2025/2026.
3. Untuk mendeskripsikan upaya guru dan orang tua dalam menangani asupan gizi pada siswa gizi kurang “AV” di TK Pertiwi Kecamatan Binjai Hulu Tahun Pelajaran 2025/2026.

E. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini dibagi menjadi dua, yaitu manfaat teoritis dan manfaat praktis

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan bisa berkontribusi dalam pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya di bidang gizi anak dan kesehatan masyarakat, menambah kajian ilmiah mengenai hubungan antara perilaku *picky eater* dengan kejadian gizi kurang pada anak usia dini, terutama pada anak usia dini, menjadi bahan referensi dan pembandingan bagi penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan perilaku makan anak terhadap status gizi, khususnya dengan pendekatan studi kasus, memperkaya teori dan konsep tentang faktor perilaku makan (*picky eater*) yang memengaruhi pemenuhan zat gizi dan pertumbuhan anak usia prasekolah.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis, penelitian ini dapat bermanfaat bagi siapa saja,

terutama yang berhubungan dengan pola makan anak terhadap status gizi.

a. Bagi Siswa

Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu meningkatkan kebiasaan makan yang lebih sehat melalui pemahaman yang lebih baik mengenai pentingnya konsumsi makanan bergizi seimbang. Selain itu, penelitian ini juga mendorong terciptanya lingkungan yang lebih mendukung bagi siswa, baik di rumah maupun di sekolah, dalam membentuk perilaku makan yang sehat sejak usia dini.

b. Bagi Guru

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman mendalam mengenai gizi pada anak, guru dapat lebih peka dalam mengenali tanda-tanda gizi kurang, selain itu hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar dalam merancang pembelajaran yang mendukung pola makan sehat.

c. Bagi Orang Tua

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan pemahaman mengenai dampak perilaku picky eater terhadap status gizi anak, sehingga orang tua dapat menerapkan pola asuh dan strategi pemberian makan yang lebih tepat untuk mencegah gizi kurang.

d. Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan bisa menjadi bahan evaluasi dan pertimbangan dalam meningkatkan kualitas layanan pendidikan,

khususnya yang berkaitan dengan gizi anak.

e. Bagi Lembaga STKIP Persada Khatulistiwa Sintang

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi bahan kajian akademik bagi dosen dan mahasiswa dalam memahami permasalahan gizi kurang pada anak usia dini. Penelitian ini juga diharapkan bisa mendukung pengembangan program pengabdian kepada masyarakat dengan isu Kesehatan dan gizi anak.

f. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan bisa menjadi bahan referensi dan sumber informasi dalam mengembangkan penelitian yang berkaitan dengan gizi kurang pada anak usia dini.

F. Definisi Istilah

Untuk memperjelas ruang lingkup dari penelitian ini dan untuk menghindari penafsiran yang berbeda dari pembaca, perlu diperjelas lagi beberapa istilah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Gizi Kurang

Gizi Kurang adalah kondisi ketika tubuh tidak mendapatkan asupan zat gizi yang cukup, baik dari segi jumlah maupun kualitas, sehingga kebutuhan nutrisi untuk pertumbuhan dan aktivitas sehari-hari tidak terpenuhi. Pada anak usia dini, gizi kurang dapat ditandai dengan berat badan di bawah standar usianya, pertumbuhan yang terhambat, serta daya tahan tubuh yang menurun.

2. *Picky Eater*

Picky Eater adalah perilaku anak yang cenderung memilih-milih makanan, menolak jenis makanan tertentu, atau hanya mau mengonsumsi makanan yang disukai saja. Anak dengan perilaku ini biasanya enggan mencoba makanan baru, terutama sayur, buah, atau makanan dengan tekstur dan rasa tertentu. Jika berlangsung dalam waktu yang lama, kebiasaan ini dapat menyebabkan asupan gizi anak menjadi tidak seimbang dan berisiko berdampak pada pertumbuhan serta perkembangannya.

3. Anak Usia Dini

Anak Usia Dini adalah anak yang berada pada rentang usia 0–6 tahun, yaitu masa awal kehidupan yang sering disebut sebagai masa *golden age* karena pertumbuhan dan perkembangan terjadi sangat pesat. Pada tahap ini, anak mengalami perkembangan fisik, kognitif, bahasa, sosial-emosional, dan moral yang menjadi dasar bagi perkembangan selanjutnya.