

PERSEPSI ORANGTUA TERHADAP PEMBERIAN GIZI MELALUI BEKAL MAKANAN SEHAT KELOMPOK B TK ALIZAH SURABAYA

Maria Qori'ah¹, Ria Octa Viana², Moh. Anas Syamsudin³, Dicky Andriyanto⁴

^{1,2,3}Institut Agama Islam Ibrahimy (IAI) Genteng, Indonesia

⁴Universitas Airlangga Surabaya, Indonesia

e-mail: 1mariagoriah@iaiibrahimy.ac.id, 2riaoctaviana@iaiibrahimy.ac.id,
3anassyamsudin@iaiibrahimy.ac.id, 4dicky.andriyanto@feb.unair.ac.id

Abstrak

Makanan merupakan kebutuhan penting bagi pertumbuhan dan perkembangan sebagai perantara asupan gizi yang dibutuhkan tubuh. Persepsi orangtua sangat menentukan pemberian asupan gizi pada anak. Penelitian ini mengamati bagaimana persepsi orangtua berdasarkan tingkat pendidikan dan pendapatan terhadap pemberian gizi melalui bekal makanan sehat. Metode penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan teknik pengumpulan data melalui wawancara. Pengambilan sampel secara acak sederhana berjumlah 22 orangtua Kelompok B TK Alizah Surabaya. Teknik analisis data dijabarkan secara deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa persepsi orangtua berdasarkan tingkat pendidikan masih rendah akan pemenuhan asupan gizi melalui bekal makanan sehat. Hal ini juga menunjukkan kesamaan akan persepsi berdasarkan pendapatan kurangnya daya beli makanan sehat karena pendapatan yang kurang.

Kata Kunci: Persepsi, Gizi, Makanan Sehat

Abstract

Food is an important requirement for growth and development as an intermediary for the intake of nutrients needed by the body. Parents' perceptions greatly determine the provision of nutritional intake to children. This study observed how parents' perceptions based on education level and income towards providing nutrition through healthy food supplies. The research method uses a qualitative approach with data collection techniques through interviews. Simple random sampling of 22 parents in Group B TK Alizah Surabaya. Data analysis techniques are described descriptively. The results showed that parents' perceptions based on their level of education were still low in fulfilling nutritional intake through healthy food supplies. It also shows the similarity of income-based perceptions of a lack of purchasing power for healthy food due to a lack of income.

Keywords: Perception, Nutrition, Healthy Food

Accepted: May 25 2022	Reviewed: May 27 2023	Published: May 30 2023
--------------------------	--------------------------	---------------------------

A. Pendahuluan

Anak usia dini adalah individu yang mengalami proses pertumbuhan dan perkembangan dalam kehidupannya. Usia 0 sampai 8 tahun menurut National For The Educational Of Young Children (NAEYC) anak mengalami masa keemasan atau masa *golden age*. Pada masa ini anak mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang pesat dan fundamental sehingga membutuhkan stimulus yang sesuai dengan aspek perkembangannya. Lembaga pendidikan menjadi salah satu wadah menyalurkan pemberian stimulus guna menunjang pertumbuhan dan perkembangannya. Pendidikan anak usia dini dilaksanakan sebelum memasuki jenjang sekolah dasar. Berdasarkan Undang-undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional (Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan, 2003) "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".

Pemberian stimulus juga harus ditunjang dengan pemberian nutrisi. Pertumbuhan dan perkembangan fisik anak salah satunya dapat dipengaruhi oleh pemberian gizi seimbang (Wahyudin & Angraeni, 2021). Makanan menjadi faktor penting bagi pertumbuhan dan perkembangan anak. Pemberian makanan pada anak hendaknya memiliki kandungan gizi yang cukup guna menunjang pertumbuhan dan perkembangan anak. Makanan merupakan bahan yang dibutuhkan oleh makhluk hidup yang memerlukan makanan yang memiliki kandungan macam-macam zat gizi yang sangat diperlukan oleh tubuh (Murdati, 2013). Zat gizi yang terkandung seperti karbohidrat, protein, lemak, vitamin, mineral, serat, air, dan komponen lain yang bermanfaat bagi pertumbuhan dan kesehatan manusia (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2012). Tercapainya kebutuhan gizi anak yang cukup diperlukan konsumsi makanan sehat sehari-harinya. Makanan sehat dengan gizi seimbang didapatkan dari makanan yang mengandung 4 sehat 5 sempurna yang menunjang terbentuknya generasi sumber daya manusia yang mumpuni.

Sumber daya manusia yang unggul harus disiapkan sejak dini secara sistematis dan berkesinambungan. Tumbuh kembang anak yang optimal juga dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti pangan, perawawatan atau pengasuhan dan pelayanan kesehatan pada tingkat rumah tangga dan keluarga (Suryana, 2022). Orangtua dan pendidik dapat bekerjasama yang baik guna menunjang dan

menjaga asupan gizi anak. Terutama orangtua yang menjadi peran utama dalam tumbuh kembang anak. Konsumsi makanan sehari-hari dilakukan oleh orangtua sebagai bentuk pembuktian perawatan atau pengasuhan pada anak.

Pemberian gizi seimbang melalui makanan sehat masih menjadi permasalahan utama pada anak usia dini. Orangtua belum menyadari akan pemahaman pemenuhan gizi melalui makanan sehat bagi anak. Makanan yang disediakan cenderung kepada pemilihan makanan instan seperti mie goreng, *junk food*, sosis maupun minuman bersoda lainnya. Fakta ini terjadi pada siswa kelompok B TK Alizah Surabaya. Bekal makanan yang diberikan pada anak cenderung pada makanan cepat saji dan orangtua lebih memilih kecepatan dan kepraktisan pembuatan bekalnya tanpa memperhatikan zat gizinya. Surabaya sendiri menjadi salah satu kota besar dengan pendapatan UMK yang besar. Namun faktanya tidak semuaarganya mempunyai pendapatan setara UMK. Tingkat pendidikan diperoleh dengan julukan kota pendidikan juga tidak semuaarganya dapat menikmatinya. Penelitian terdahulu juga menyebutkan kondisi yang sama terjadi pada anak usia 4 sampai 5 tahun (Siti Maulani et al., 2021). Oleh sebab itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian persepsi orangtua terhadap pemberian gizi melalui bekal makanan sehat kelompok B TK Alizah Surabaya.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Metode wawancara digunakan untuk membantu peneliti mengumpulkan data dan informasi penelitian. Studi lapangan dilakukan untuk mengetahui dan membuktikan secara langsung fenomena yang terdapat di lingkungan masyarakat supaya memperoleh gambaran sesuai kenyataan dan bersifat empiris. Pengambilan sampel dilakukan secara acak sederhana kelompok B TK Alizah Surabaya berjumlah 22.

C. Hasil dan Pembahasan

1. Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan

Tabel 1. Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan

Usia	Presentase
SMP	0%
SMA/SMK	65%
S1	30%
S2	5%

Berdasarkan hasil tabel menunjukkan bahwa tingkat pendidikan dari orangtua Kelompok B TK Alizah Surabaya rata-rata adalah SMA/SMK dengan presentase sebesar 53%. Data sebesar 42% bahwa orangtua Kelompok B TK Alizah Surabaya adalah lulusan Sarjana. Sedangkan pada lulusan pascasarjana diperoleh hasil sebesar 5%.

2. Responden Berdasarkan Pendapatan

Tabel 2. Responden Berdasarkan Pendapatan

Pendapatan	Presentase
<Rp1.500.000	55%
Rp1.500.000 - Rp3.500.000	39%
UMK Rp3.500.000 - Rp5.000.000	6%

Berdasarkan hasil tabel bahwa pendapatan orangtua Kelompok B TK Alizah Surabaya paling banyak sebesar 55%. Sedangkan 39% mempunyai pendapatan Rp1.500.000 - Rp3.500.000. pendapatan UMK Rp3.500.000 - Rp5.000.000 sebesar 6%.

1. Tingkat Pendidikan Orangtua Terhadap Pemberian Gizi Melalui Bekal Makanan Sehat

Makanan sehat merupakan kebutuhan bagi semua anak yang memasuki fase pertumbuhan karena kandungan gizi di dalam makanan memiliki pengaruh penting terhadap perkembangan perilaku dan pola pikir anak (Munawaroh et al., 2022). berdasarkan hasil survey yang dilakukan bahwa tingkat pendidikan orangtua memengaruhi pada pemberian gizi melalui bekal makanan sehat anak. Hasil wawancara menunjukkan bahwa orangtua dengan pendidikan SMA/SMK kurang memahami akan pemberian gizi melalui bekal makanan sehat.

Subjek Ibu (MM) mengungkapkan bahwa : *“saya membawakan makanan instan seperti sosis yang dibelikan di dekat rumah saya karena kepraktisanya dan cepat, selain itu anak saya juga lahap”*.

Subjek Ibu (NH) mengungkapkan bahwa : *“nanti setiap akhir bulan kan ada acara makan bersama bergantian dari kelas A atau B bersama walimurid, guru dan anak. jadi melalui kegiatan itu juga sekaligus memberikan makanan yang sehat dan disukai anak”*.

Berdasarkan wawancara tersebut bahwa orangtua hanya mementingkan melihat anak lahap dalam menyantap makananya serta mengandalakan akan kegiatan dari sekolah. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh

(Umasugi et al., 2020) bahwa orangtua sedikit memahami akan pemberian gizi pada anak melalui bekal makanan sehat dikarenakan hanya mementingkan kelahapan anak dalam memakanya dan kegiatan yang ada di sekolah. Pada dasarnya menurut (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2020) takaran kebutuhan anak untuk dikonsumsi setiap hari adalah makanan pokok, lauk pauk, sayur dan buah sesuai dengan usia anak yakni 5-6 tahun. Tahapan usia ini dianjurkan untuk mengonsumsi karbohidrat sebesar 4 porsi, sayuran 2 porsi, buah 3 porsi, lauk pauk nabati dan hewani masing-masing 2 porsi, susu 1 porsi, minyak sebanyak 4 sendok teh dan gula 2 sendok makan.

2. Pendapat Orangtua Terhadap Pemberian Gizi Melalui Bekal Makanan Sehat

Faktor ekonomi memiliki pengaruh besar terhadap kemampuan orang tua menyediakan makanan sehat dan bergizi bagi anak. Studi (Qori'ah et al., 2022) menjelaskan kemampuan ekonomi masyarakat mempengaruhi daya beli dan pola konsumsi setiap hari, sehingga secara langsung terdapat hubungan antara ekonomi individu dan ketersediaan makanan sehat. Kemampuan dari aspek ekonomi individu dapat diketahui dari pendapatan yang diperoleh selama bekerja (Andriyanto et al., 2022). Pendapatan individu yang tinggi memiliki kecenderungan untuk mampu membeli dan menyediakan makanan sehat, namun ketika pendapatan cenderung rendah akan mendorong individu untuk mengonsumsi makanan yang memiliki kecenderungan untuk mengabaikan faktor gizi dan kesehatan.

Subjek Ibu (AF) mengungkapkan bahwa : *"Pendapatan saat ini dirasa tidak mencukupi ya mbak, karena kalau mau masak makanan bergizi kayak anjuran-anjuran yang selalu saya dengar tidak sebanding dengan total belanjaan. Ya yang penting keluarga bisa makan dengan layak saja sudah bagus"*.

Subjek Ibu (SP) mengungkapkan bahwa : *"Meskipun penghasilan sudah layak, tapi namanya kebutuhan selalu bertambah dan naik mbak. Apalagi kebutuhan pokok seperti makanan pun masih kami usahakan untuk hemat. Sebenarnya bagus saja anjuran makanan bergizi untuk anak, tapi kalau harga kebutuhan selalu naik tapi penghasilan nggak ikut naik ya jadinya kami makan sesuai kemampuan saja"*.

Berdasarkan wawancara dari responden dapat diinterpretasikan bahwa faktor pendapatan mempunyai peranan penting untuk mendorong individu mengonsumsi makanan bergizi. Kemampuan daya beli individu secara langsung mempengaruhi perilaku mereka untuk menyediakan konsumsi yang lebih sehat terutama bagi anak. Ketidakmampuan untuk membeli bahan pangan yang sehat

berimbas kepada penyediaan makanan yang tidak memenuhi gizi lengkap anak, sehingga cenderung menghambat pertumbuhan dan perkembangan anak.

D. Simpulan

Tingkat pendidikan orang tua memiliki pengaruh terhadap pemberian gizi anak melalui konsumsi makanan setiap hari. Pendidikan orangtua berdampak pada tingkat pemahaman mereka untuk selalu memperhatikan makanan bergizi yang penting bagi pertumbuhan dan perkembangan anak. Selain itu, daya beli orangtua/tingkat pendapatan juga menjadi aspek penting yang mempengaruhi kemampuan orangtua untuk menyajikan makanan bergizi bagi anak. Orang tua akan memilih menu makanan dengan mempertimbangkan aspek finansial yang dimilikinya.

Saran bagi penelitian selanjutnya dapat menggunakan metode lain seperti melaksanakan *Forum Group Discussion* (FGD) dengan *stakeholder* lain meliputi pemerintah, kelompok masyarakat, dan pihak terkait lain untuk memperoleh informasi yang lebih mendalam dari berbagai pihak. Saat ini perkembangan anak tidak hanya ditunjang dari pemberian makanan bergizi, namun di dorong pula dari pengaruh teknologi, sehingga faktor penggunaan teknologi bisa menjadi penelitian karena kemampuan anak di era 4.0 sangat pesat dengan munculnya berbagai teknologi.

Daftar Rujukan

- Andriyanto, D., Mustofa, I. A., & Prasetya, F. (2022). *Analisis Minat Penggunaan Fintech Berdasarkan Konsep ECT-IS*. 15.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2012). *Undang-undang Nomor 18 Tahun 2012 Pangan*.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Sehat Berawal dari Piring Makanku*.
<https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/umum/20171026/4423501/sehat-berawal-piring-makanku/>
- Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan. (2003). *Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 Sistem Pendidikan Nasional*.
- Munawaroh, H., Nada, N. K., Hasjiandito, A., Faisal, V. I. A., Heldanita, H., Anjarsari, I., & Fauziddin, M. (2022). Peranan Orang Tua Dalam Pemenuhan Gizi Seimbang Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Pada Anak Usia 4-5 Tahun. *Sentra Cendekia*, 3(2), 47. <https://doi.org/10.31331/sencenivet.v3i2.2149>
- Murdati, A. dan A. (2013). *Panduan Penyiapan PANGAN Sehat*. Kharisma Putra Utama.
- Qori'ah, M., Tegarinfisa, U., Hendratno, & Purwoto, S. . (2022). Komunikasi Ramah Anak Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Pengabdian Masyarakat STKIP PGRI*

- Bangkalan*, 5, 8–15.
- Siti Maulani, Fanny Rizkiyani, & Sari, D. Y. (2021). Pemahaman Orang Tua Mengenai Gizi Seimbang pada Anak Usia 4-5 Tahun. *Kiddo: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 2(2), 154–168. <https://doi.org/10.19105/kiddo.v2i2.4186>
- Suryana, dkk. (2022). *Kesehatan Gizi Anak Usia Dini* (Watrianthos Ronal (ed.)). Yayasan Kita Menulis. <https://books.google.co.id/books?id=rMOPEAAAQBAJ&lpg=PA11&ots=2selXbJPLZ&dq=penyebab+gizi+pada+anak+usia+dini&lr&hl=id&pg=PP1#v=onepage&q&f=false>
- Umasugi, F., Wondal, R., & Alhadad, B. (2020). Kajian Pengaruh Pemahaman Orangtua Terhadap Pemenuhan Gizi Anak Melalui Lunch Box (Bekal Makanan). *Jurnal Ilmiah Cahaya Paud*, 2(1), 1–15. <https://doi.org/10.33387/cp.v2i1.1927>
- Wahyudin, E., & Angraeni, Y. (2021). Persepsi Orang Tua tentang Kebutuhan Gizi Anak melalui Bekal Makanan di RA Ashhabul Maemanah Maniskidul. *Jurnal Pendidikan Raudhatul Athfal*, 4(2), 19–29.