

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anak merupakan individu yang mempunyai ciri khas berbeda antara satu dengan yang lainnya. Menurut Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 23 Tahun 2002 tentang perlindungan anak pasal 1 angka 1 menyebutkan bahwa anak adalah seseorang yang belum berusia 18 (delapan belas) tahun, termasuk anak yang berada di dalam kandungan.¹ Ciri khas masing-masing anak sangat beragam, di mana ciri khas tersebut menjadi suatu pembeda pada setiap anak. Jika dilihat dari sifatnya, perbedaan anak bermacam-macam seperti ada anak yang periang, suka menangis, mudah bergaul dengan temannya, suka bermain sendiri, percaya diri, dan pemalu. Selain itu perbedaan juga dapat dilihat dari fisiknya, di mana ada anak gemuk, anak kurus, anak tinggi, dan anak yang pendek. Semua perbedaan anak tersebut dapat terjadi sesuai pertumbuhan dan perkembangannya.

Pertumbuhan dan perkembangan anak antara yang satu dan yang lainnya tidaklah sama. Ada anak yang tumbuh dan berkembang dengan cepat dan ada pula yang tumbuh dan berkembang secara lambat. Cepat lambatnya pertumbuhan dan perkembangan anak dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu faktor hereditas dan faktor lingkungan.² Faktor hereditas dapat disebut juga faktor bawaan. Faktor bawaan merupakan faktor dari dalam masing-masing

¹ Republik Indonesia . Undang-Undang Nomor 23 Tahun 2002 tentang Perlindungan Anak Pasal 1 Angka 1

² M. Fadhilah, “*Desain Pembelajaran PAUD: Tinjauan Teoritik dan Praktik*”, (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2012) hlm 33

anak, di mana faktor tersebut merupakan faktor bawaan dari orangtuanya. Faktor bawaan dari orangtua akan diturunkan kepada anak, sehingga beberapa bentuk fisik ataupun sifat anak tidak jauh berbeda dengan orangtuanya. Faktor kedua yaitu faktor lingkungan yang merupakan faktor eksternal di mana lingkungan memberikan beberapa pengaruh terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak. Jika lingkungan anak baik, anak akan menjadi individu yang baik. Sebaliknya, jika lingkungan anak buruk maka anak akan menjadi individu yang buruk.

Pertumbuhan dan perkembangan anak merupakan dua hal yang saling beriringan namun berbeda peran antar satu sama lain. Menurut J.P Chaplin “pertumbuhan adalah suatu pertambahan atau kenaikan dalam ukuran dari bagian-bagian tubuh atau dari organisme sebagai suatu keseluruhan.”³ Susanto memaparkan bahwa “pertumbuhan bersifat kuantitatif di mana selalu berhubungan dengan bagian-bagian tubuh yang dapat diukur, seperti bertambah berat badan, bertambah tinggi badan, bertambah lingkar kepala, bertambah lingkar lengan, pertumbuhan gigi, atau pertumbuhan tubuh lainnya.”⁴ Pertumbuhan tubuh bagian luar dapat dilihat oleh kasat mata. Pertumbuhan tersebut dapat diamati dan diukur secara mudah seperti pertumbuhan gigi, pertumbuhan berat badan, pertumbuhan tinggi badan, maupun pertumbuhan fisik lainnya. Namun, pertumbuhan tidak hanya pada tubuh bagian luar, karena pertumbuhan juga terjadi pada organ tubuh dalam seperti otak, jantung, dan hati.

³James P. Chaplin, “*Kamus Lengkap Psikologi*”, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2011), cetakan 15

⁴ Ahmad Susanto, “*Perkembangan Anak Usia Dini Pengantar dalam Berbagai Aspeknya*”, (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2011), cetakan 1, hlm 21

Berbeda dengan pertumbuhan, perkembangan bersifat kualitatif yaitu perubahan dalam perkembangan bersifat fungsional. Susanto mengemukakan bahwa “perkembangan merupakan perubahan mental yang berlangsung secara bertahap dan dalam waktu tertentu, dari kemampuan yang sederhana menjadi kemampuan yang lebih sulit, seperti kecerdasan, sikap, dan tingkah laku.”⁵ Proses perubahan mental akan terjadi sesuai waktu yang telah ditentukan, sehingga anak tidak perlu dipaksa untuk melakukan peningkatan perubahan ke tahap selanjutnya sebelum waktunya.

Perkembangan tidak hanya terjadi ketika setelah lahir, bahkan sejak menjadi janin perkembangan sudah berproses di dalam rahim. Setiap individu pasti mengalami semua fase perkembangan dari mulai janin, bayi, anak-anak, remaja, dewasa, dan masa tua. Susanto menyebutkan “aspek-aspek perkembangan anak usia dini diantaranya yaitu perkembangan fisik, perkembangan inteligensi, perkembangan sosial, perkembangan bahasa, dan perkembangan moral.”⁶ Setiap perkembangan mempunyai fungsi dan peranan yang berbeda antara satu dengan yang lainnya. Namun antara perkembangan satu dengan yang lainnya saling berkaitan sehingga terwujud suatu individu yang berkualitas. Salah satu perkembangan yang mendasar dari perkembangan yang lainnya yaitu perkembangan fisik.

Perkembangan fisik menjadi pondasi utama perkembangan, karena perkembangan fisik mempengaruhi kemajuan perkembangan lainnya. Anak akan mengalami perkembangan fisik sesuai pola dan urutan perkembangan yang ada. Hal tersebut dikarenakan oleh pola perkembangan fisik yang teratur

⁵ Susanto, *op.cit*, hlm 21

⁶ Susanto, *loc.cit*, hlm 33

dan dapat diramalkan ketika sebelum maupun setelah masa kelahiran. Namun, perkembangan fisik anak yang satu dengan yang lain beranekaragam meskipun terdapat pola perkembangan fisik yang teratur dan dapat diramalkan. Keberanekaragaman tersebut disebabkan oleh beberapa hal, diantaranya kesehatan dan gizi. Hurlock mengungkapkan bahwa “seseorang anak yang memperoleh perawatan memadai biasanya akan tumbuh dengan cepat dan anak yang kurang memperoleh perawatan kesehatan dan gizi yang memadai akan mengalami kelambatan dalam pertumbuhannya”.⁷

Kesehatan dan gizi merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi perkembangan fisik, di mana keduanya berperan penting dalam kemajuan pola perkembangan fisik. Kesehatan dan gizi anak perlu diperhatikan orangtua mulai anak lahir. Orangtua harus memberikan kesehatan dan gizi yang sesuai dengan usia anak agar anak tumbuh dan berkembang dengan baik. Kesehatan dapat diberikan melalui perawatan-perawatan kepada anak seperti imunisasi teratur, pola tidur teratur, dan menjaga kebersihan anak. Hurlock menjelaskan bahwa anak yang memperoleh imunisasi teratur akan jarang terserang penyakit karena kekebalan tubuh anak akan kuat.⁸

Selain imunisasi, tidur juga penting bagi kesehatan. Tidur dapat mengurangi kelelahan anak setelah bermain, sehingga orangtua juga harus menjaga pola tidur anak dengan teratur. Perawatan kesehatan anak juga dapat dilakukan dengan menjaga kebersihan anak. Menjaga kebersihan anak sangatlah penting dilakukan agar anak terhindar dari penyakit. Orangtua dapat menjaga kebersihan anak dengan cara mengajarkan anak untuk menjaga

⁷Elizabeth B. Hurlock, “*Perkembangan Anak*”, (Jakarta: Erlangga, 1978) hlm 115

⁸ *Ibid*

kebersihan diri sendiri maupun lingkungan sekitar. Mengajarkan anak untuk menjaga kebersihan diri sendiri dapat dilakukan orangtua dengan cara rajin mandi, menggosok gigi, dan mengganti pakaian setiap hari. Sedangkan dalam menjaga kebersihan lingkungan dapat diajarkan orangtua melalui membereskan tempat bermain maupun membuang sampah pada tempatnya.

Selain kesehatan, gizi juga mempunyai pengaruh yang penting dalam perkembangan fisik anak. Susanto menjelaskan bahwa perkembangan fisik anak tidak terlepas dari asupan makanan yang bergizi, sehingga setiap tahapan perkembangan fisik anak tidak terganggu dan berjalan sesuai umur yang ada.⁹ Gizi dapat diberikan kepada anak melalui makanan dan minuman. Pemberian gizi kepada anak harus dalam takaran yang sesuai dengan usianya, karena jika gizi yang diperoleh anak sedikit maka anak akan menjadi kekurangan gizi. Sebaliknya jika gizi yang diperoleh anak terlalu banyak maka anak akan kelebihan gizi. Kelebihan atau kekurangan gizi akan berdampak buruk bagi perkembangan anak, terutama dalam perkembangan fisiknya.

Anak dengan kelebihan gizi akan mengalami perkembangan fisik yang lebih cepat dari seusianya. Perkembangan fisik anak yang mengalami kelebihan gizi cenderung mempunyai berat badan dan tinggi badan yang lebih dari keadaan normal seusianya. Santoso dan Ranti menjelaskan bahwa “penyakit gizi berlebih disebut dengan obesitas”.¹⁰ Obesitas disebabkan oleh asupan gizi berlebih dan kurang melakukan aktifitas fisik seperti olahraga. Anak obesitas akan mempunyai berat badan dan tinggi badan yang lebih dari teman sebayanya. Obesitas pada anak akan menghambat anak dalam bergerak.

⁹ *Ibid* hlm 33

¹⁰ Soegeng Santoso dan Anne Lies Ranti, “*Kesehatan dan Gizi*”, (Jakarta: Rineka Cipta, 2013), cetakan 3, hlm 71

Anak akan mengalami kesulitan dalam menggerakkan tubuhnya karena ukuran tubuhnya yang besar. Selain itu, anak juga cepat merasa lelah dalam beraktivitas.

Aspek perkembangan lain yang terdapat pada anak yaitu perkembangan sosial. Salah satu bentuk perkembangan sosial yang terjadi pada anak adalah kepercayaan diri yang dapat dikembangkan melalui pendidikan sekolah.¹¹ Sekolah mempunyai peranan penting dalam kegiatan sosial anak, karena jumlah teman anak di sekolah lebih banyak dari teman di lingkungan keluarga. Guru menjadi suatu individu pembangun kepercayaan diri anak pada lingkungan sekolah. Kepercayaan diri anak di sekolah dapat dikembangkan melalui berbagai bentuk kegiatan, diantaranya yaitu memupuk keberanian untuk bertanya, peran guru yang aktif pada siswanya, berlatih diskusi, berlomba dalam mencvapai prestasi belajar, dan belajar bercerita di depan kelas.¹²

Kepercayaan diri tidak dimiliki oleh setiap anak, seperti pada anak obesitas. Anak obesitas akan mempunyai rasa kurang percaya diri terhadap dirinya sendiri. Menurut Hurlock, anak obesitas akan merasa dirinya berbeda dengan temannya karena ukuran dan bentuk tubuh yang lebih besar dari teman sebayanya.¹³ Selain itu, anak obesitas akan merasa rendah diri, kecemasan, sering mengantuk, keterampilan sosial yang kurang berkembang, rentan menjadi sasaran *bullying*, dan bisa berakibat depresi merupakan beberapa keadaan yang menjadi masalah pada anak obesitas untuk belajar dapat

¹¹ Aprianti Yofita Rahayu, “Menumbuhkan Kepercayaan Diri Melalui Kegiatan Bercerita”, Jakarta: PT Indeks, 2013) cetakan 1 hlm 74

¹² *Ibid* hlm 76

¹³ Soegeng Santoso dan Anne Lies Ranti, *op.cit* hlm 114

berkembang.¹⁴ Ketika teman-teman sebayanya berlarian ke sana kemari anak obesitas akan cepat merasa lelah dan memilih untuk bermain sendiri, sehingga rasa kepercayaan dirinya kurang berkembang secara optimal.

Sucirahayu memaparkan salah satu studi terdahulu dalam penelitiannya bahwa terdapat 7 dari 10 anak obesitas sering ditertawakan temannya karena gemuk dan merasa minder atau malu ketika disuruh maju di depan kelas oleh gurunya.¹⁵ Kepercayaan diri yang kurang berkembang menjadikan anak obesitas merasa minder di sekolah. Anak tidak mau maju karena malu ketika mendapat giliran maju ke depan kelas. Seringnya ditertawakan maupun diejek juga dapat membuat anak obesitas merasa rendah diri, sehingga anak kurang mempunyai keberanian dalam melakukan sesuatu.

Berdasarkan hasil observasi awal pada tanggal 5-10 September 2016 di TK Kartini Kamal, ada anak obesitas yang akan digunakan subjek oleh peneliti. Anak tersebut berinisial DN yang mempunyai berat badan dan tinggi badan lebih besar dari teman sekelasnya. DN jarang mengikuti kegiatan awal di luar kelas yang menggunakan aktifitas fisik, karena dia mudah merasa lelah. DN juga jarang bermain dengan temannya ketika istirahat maupun sebelum masuk kelas karena dia akan capek jika berlari-lari seperti temannya. Sehingga DN selalu bermain sendiri di dalam kelas menggunakan APE yang ada di sekolah. DN juga duduk sendiri pada kursi yang agak besar karena tidak bisa duduk di bangku panjang seperti temannya.

¹⁴ Labib Sajawandi, "Pengaruh Obesitas Pada Perkembangan Siswa Sekolah Dasar Dan Penanganannya Dari Pihak Sekolah Dan Keluarga", Skripsi Universitas Muhammadiyah Purwokerto, (Purwokerto: online (jurnal.untirta.ac.id), 2015), hlm 2

¹⁵ Alpianti Sucirahayu, "Hubungan Dukungan Teman Sebaya Dengan Kepercayaan Diri Anak Obesitas di SD Muhammadiyah Wirobrajan Yogyakarta," Skripsi Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Aisyiyah Yogyakarta, (Yogyakarta: online (<https://opac.unisayogya.ac.id>) 2014) hlm 6

DN merupakan anak obesitas yang kurang mempunyai kepercayaan diri. Hal tersebut terlihat pada waktu *circle time* ketika anak-anak ditanya satu per satu oleh guru PPL (Praktek Pengalaman Lapangan) II, DN berbicara secara berbisik kepada guru kelas (yang waktu itu duduk di sebelah DN) agar tidak ditanya seperti temannya. DN sering tidak mau maju jika disuruh menyanyi atau kegiatan lain di dalam kelas. Biasanya teman-temannya memanggil DN dengan sebutan *Giant* karena tubuhnya yang besar seperti salah satu pemain di film kartun.

Untuk memperoleh data lebih dalam, peneliti juga melakukan wawancara awal pada tanggal 14-16 September 2016 kepada guru kelas DN. Hasil wawancara awal dengan guru kelas DN yang diperoleh oleh peneliti, DN adalah obesitas karena dari segi fisiknya yang lebih besar dari teman sebayanya. DN juga sering sakit sesak nafas karena tubuhnya yang besar, sehingga DN sering tidak masuk sekolah. DN juga jarang mengikuti kegiatan fisik seperti pada kegiatan awal di luar kelas maupun kegiatan senam karena dia cepat mengeluh capek dan minta istirahat. DN selalu bermain sendiri di dalam kelas menggunakan APE, karena dia tidak suka bermain dengan temannya yang menyebabkan cepat capek.

Berdasarkan pemaparan tersebut, peneliti merasa perlu untuk melakukan penelitian tentang anak obesitas pada rasa kepercayaan dirinya, serta kepercayaan diri anak obesitas terhadap aktivitas pembelajaran di sekolah. Oleh karena itu, peneliti akan melakukan penelitian dengan judul “Kepercayaan Diri Anak Obesitas Usia 5-6 Tahun di Sekolah”.

B. Fokus Penelitian

Dalam penelitian ini, peneliti menetapkan fokus penelitian terhadap:

1. Permasalahan yang menyangkut kepercayaan diri. Adapun dalam penelitian ini kepercayaan diri yang dimaksud adalah kepercayaan diri pada anak usia dini yang memiliki berat badan berlebih. Kepercayaan diri yang akan diteliti dalam penelitian ini dibatasi dalam karakteristik yakni yakin kepada dirinya, memiliki keberanian untuk bertindak, tidak tergantung pada orang lain, dan merasa berharga.
2. Obesitas yang dimaksud dalam penelitian ini adalah penyakit gizi yang ditandai dengan ketidakseimbangan antara berat badan dan tinggi badan akibat penimbunan lemak berlebih di dalam tubuh. Obesitas anak yang akan diteliti dalam penelitian ini dibatasi dengan kategori obesitas ringan, obesitas sedang, dan obesitas berat.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian di atas, maka masalah penelitian dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Bagaimana kepercayaan diri anak obesitas usia 5-6 tahun di sekolah?
2. Apa saja faktor-faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri anak obesitas usia 5-6 tahun dalam aktivitas pembelajaran?

D. Kegunaan Penelitian

1. Manfaat secara teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dan memberikan sumbangan ilmiah dalam bidang pendidikan anak usia dini. Penelitian ini dapat memberikan sumbangan ilmiah tentang pentingnya perkembangan fisik dan perkembangan sosioemosional anak. Pentingnya perkembangan fisik pada penelitian ini mengarah pada hal obesitas, sedangkan pentingnya perkembangan sosioemosional dalam hal kepercayaan diri anak. Sehingga penelitian ini bermanfaat pada mata kuliah metodologi pengembangan kemampuan sosioemosional, serta kesehatan dan gizi.

2. Manfaat secara praktis

a. Bagi guru

Dapat mengetahui bagaimana kepercayaan diri peserta didik yang obesitas dan efek akademiknya sehingga guru dapat menindaklanjuti gangguan akademik peserta didik tersebut.

b. Bagi orangtua

Dapat mengetahui bagaimana kepercayaan diri anak obesitas, sehingga orangtua dapat menindaklanjuti dampak obesitas terhadap kepercayaan diri anak.

c. Bagi peneliti selanjutnya

Dapat menjadikan rujukan dalam penelitian selanjutnya mengenai kepercayaan diri anak obesitas.