

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Belajar merupakan suatu kegiatan berproses dan merupakan unsur yang sangat fundamental dalam setiap jenjang pendidikan. Kegiatan belajar dapat diartikan merupakan kegiatan yang paling pokok dalam berlangsungnya proses pembelajaran. Berhasil atau tidaknya suatu proses pembelajaran tergantung pada bagaimana proses belajar yang dialami oleh peserta didik.

Belajar adalah merupakan suatu proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya.¹ Kegiatan belajar yang dilakukan seseorang dapat memperoleh pengalaman, pengetahuan, keterampilan dan sikap dengan perubahan tingkah laku dengan cara proses melihat, memahami sesuatu dan menghubungkan dengan pengalaman sehingga belajar dapat mengembangkan aspek-aspek kematangan, pertumbuhan dan perkembangan anak. Proses belajar apabila dilakukan dengan baik, akan memberikan dampak yang baik saat proses pembelajaran.

Pembelajaran dapat dilakukan melalui kegiatan yang dapat menunjang untuk mencapai tujuan belajar, proses pembelajaran dapat dilakukan oleh setiap individu saat berada disekolah di sekolah. Pembelajaran adalah suatu kegiatan yang mengandung terjadinya proses penguasaan pengetahuan, keterampilan, dan

¹ Mujtahidin, *Teori Belajar dan Pembelajaran*,(Surabaya:Pena Salsabila.2014), hlm. 3.

sikap oleh subyek yang sedang belajar.² Pembelajaran merupakan suatu proses yang dilalui oleh setiap individu untuk memperoleh pengalaman baru sebagai hasil dari proses belajarnya yang dapat menunjang keberhasilan dari pembelajaran. Proses pembelajaran juga dialami oleh anak usia dini.

Pembelajaran pada anak usia dini harus melibatkan anak secara langsung dalam proses belajar. pembelajaran pada anak usia dini bertujuan untuk mengoptimalkan seluruh aspek perkembangan anak, agar tercapai sesuai dengan umur dan yang harus disesuaikan dengan tingkat kematangan anak dalam belajar, karena tingkat kematangan belajar pada setiap anak itu berbeda-beda sehingga dapat menjadikan anak tersebut mampu belajar dengan baik atau tidak.

Salah satu faktor yang mempengaruhi tingkat kematangan belajar pada anak usia dini saat proses pembelajaran yaitu dipengaruhi oleh asupan gizi yang di konsumsi anak setiap hari. Gizi merupakan zat aktif yang terkandung didalam makanan yang dapat dimanfaatkan secara langsung oleh tubuh seperti karbohidrat, protein, lemak, mineral, vitamin, dan air.³ Gizi yang seimbang seperti nasi, tempe, tahu, ikan, daging, sayur-sayuran serta buah-buahan yang penting dibutuhkan oleh tubuh terutama pada anak-anak yang masih dalam masa pertumbuhan, perkembangan. Selain itu secara umum kebutuhan gizi terus meningkat seiring bertambahnya umur dan pertumbuhan anak karena digunakan sebagai sistem kekebalan yang kuat untuk melawan infeksi dan penyakit. Selain itu, asupan gizi juga dapat mempengaruhi proses belajar pada anak setiap hari yang kurang diperhatikan oleh orang tua.

² *Ibid.* hlm.5.

³ Sudarsini dan Pramono, *Kesehatan Dan Gizi Anak Usia Dini*, (Malang: Universitas Negeri Malang), hlm. 33.

Peran orang tua sangatlah penting untuk mengetahui dan memahami asupan makanan yang baik dan bergizi seimbang bagi anaknya, Apabila anak mengkonsumsi makanan yang bergizi dapat menjadikan anak yang sehat dan proses pertumbuhan dan perkembangan anak dapat berlangsung secara optimal. Pada masa sekarang orang tua kurang memperhatikan kesehatan tubuh, kurang mengatur pola makanan apa yang dikonsumsi oleh anaknya. karena pada era sekarang sudah banyak makanan yang mudah didapat tanpa harus menunggu waktu yang lama, cepat disajikan dan makanan tersebut biasanya banyak mengandung bahan adiktif seperti makanan siap saji

Makanan siap saji adalah makanan yang disiapkan dan dikonsumsi dalam waktu singkat, makanan ini relatif mengandung rendah kalori, nutrisi yang rendah, serta vitamin yang rendah.⁴ Karena makanan cepat saji dalam penyajiannya dilakukan secara singkat serta harganya pun relatif murah. Makanan siap saji apabila dikonsumsi secara berlebihan tidak akan memberikan manfaat bahkan akan dapat merugikan bagi kesehatan. Karena Makanan siap saji umumnya diproduksi oleh industri pengolahan pangan dengan teknologi tinggi untuk memberikan cita rasa bagi produk tersebut dan mengawetkan makanan tersebut dengan berbagai zat aditif yang menjadikan ancaman bagi kesehatan tubuh apabila dikonsumsi terus menerus.

Makanan siap saji menjadi ancaman utama bagi kesehatan, hal tersebut dikarenakan makanan- makanan yang disediakan banyak mengandung bahan-

⁴ Reni Wulan Sari, *Bahaya Makanan Cepat Saji dan Gaya Hidup Sehat*, (Yogyakarta:O22008.), hlm. 4.

bahan yang tidak baik untuk tubuh seperti, lemak jenuh, lemak trans dan natrium yang tinggi yang dapat memberikan dampak mati rasa bagian leher, stress, tegang pada kulit wajah, dada terasa sakit, sakit kepala, detak jantung cepat, rasa lemah, atau cepat lelah, serta penurunan kecerdasan.⁵ Memang zat yang terkandung tersebut tidak langsung dirasakan ketika mengonsumsi Makanan siap saji Tapi, apabila mengonsumsi natrium secara berlebihan pada ambang batas tertentu karena tubuh tidak sanggup lagi menahan zat ini maka dampak diatas akan menyerang tubuh salah satunya yaitu penurunan kecerdasan.

Konsentrasi adalah pemusatan pikiran terhadap sesuatu hal dengan menyampingkan hal lainnya yang tidak berhubungan.⁶ Kemampuan yang dilakukan untuk memusatkan pikiran terhadap suatu hal atau pelajaran itu pada dasarnya dimiliki oleh setiap orang, hanya besar atau kecilnya kemampuan itu berbeda-beda. Hal ini dipengaruhi oleh keadaan orang tersebut, lingkungan, kesehatan, kelelahan, dan asupan gizi yang tidak seimbang. Bagi seorang anak apabila sudah biasa berkonsentrasi akan dapat belajar dengan baik kapan dan dimana pun juga. Karena konsentrasi adalah kunci untuk keberhasilan dalam belajar, jadi kemampuan untuk berkonsentrasi akan menentukan hasil belajar anak.

Dalam riset yang dilakukan oleh asisten Kelly yang dibantu oleh Elizabeth Gershof dari Universitas Texas menjelaskan bahwa anak yang sering mengonsumsi makanan siap saji memiliki kecerdasan lebih rendah dibandingkan

⁵ <https://www.sciencedaily.com/releases/2014/12/1412221.htm>.Sabtu,25 November 2018,

⁶ Slameto, *Belajar dan Faktor-faktor yang mempengaruhi*, (Jakarta:Rineka Cipta,2010), Cet.5 hlm.86

anak yang tidak mengkonsumsi makanan siap saji sama sekali.⁷ siswa yang mengonsumsi Makanan siap saji 4-6 kali dalam seminggu menunjukkan skor yang rendah dibandingkan dengan mereka yang tidak mengkonsumsi makanan siap saji sama sekali. Sedangkan siswa yang mengkonsumsi 1-3 kali dalam seminggu mempunyai nilai yang rendah dibandingkan yang tidak mengkonsumsi makanan cepat saji. Penelitian ini merupakan riset jangka panjang. Berdasarkan Penelitian diatas, apabila mengkonsumsi natrium berlebihan dapat mengakibatkan kekurangan kalium, sehingga terjadi kelambanan proses penghantaran rangsangan ke syaraf, sehingga mengakibatkan kelambanan proses menanggapi rangsangan dan kelambanan dalam berpikir.⁸ Apabila anak memiliki kelambanan dalam berfikir saat belajar, akan mengakibatkan anak susah dalam konsentrasi saat proses pembelajaran disekolah.

Berdasarkan pengalaman selama observasi, peneliti menemukan permasalahan yang terjadi di TK NU Muslimat Khadijah II yang bertempat di dusun Wedegan Desa Sambikerep kecamatan Rejoso Kabupaten Nganjuk Observasi menunjukan bahwa, ada satu anak yang unik karena berbeda dengan anak yang lain, anak tersebut tidak mau mengkonsumsi nasi dan sayur sama sekali. Setelah peneliti melakukan observasi awal dengan orang tua dirumah anak pada tanggal 06 Oktober 2018, orang tua menceritakan kepada peneliti mengapa anak tersebut tidak mau mengkonsumsi nasi dan sayur, padahal nasi dan sayur adalah makanan pokok yang sudah menjadi kebiasaan makanan orang dan anak-

⁷*Ibid*

⁸ Wied Harry Apriadi, *healthy fast food (hidangan sehat cepat saji,favorit anak-anak dan seluruh keluarga)*, (jakarta:PT Gramedia Pustaka Utama,2007) , hlm. 13.

anak di Indonesia, selain itu nasi dan sayuran merupakan sumber energi, dan asupan gizi yang dibutuhkan oleh tubuh untuk melakukan aktivitas sehari-hari.

Pada saat peneliti melakukan wawancara, ibu anak menceritakan kenapa anak dengan inisial (A) tidak mau mengkonsumsi nasi dan sayur sama sekali. Dulu sebelum usia 1 tahun sekitar umur 6 bulan keatas (A) mengkonsumsi susu, namun setelah usia 1 tahun orang tua mencoba melatih (A) dengan makan nasi tim, satu, dua tiga kali ibu (anak) mencoba menyuapi (A) namun, setelah disuapi nasi tim tersebut (A) terus muntah-muntah sampai akhirnya orang tua tidak melatih (A) makan nasi lagi. Setiap akan diadakan makan bersama, guru kelas tidak memberi tahu (A). karena jika diberi tahu pasti (A) tidak mau masuk sekolah. Setiap hari (A). mengkonsumsi makanan siap saji yang dibeli di toko-toko dekat rumah seperti : mie instan, sosis, snack (jajan- jajan ringan). Dalam sehari (A) membeli jajan sampai 4-5 kali dengan pengeluaran lebih dari Rp. 30.000., selain tidak mau makan nasi (A) juga tidak mau makan sayur- sayuran. Mau mengkonsumsi sayur apabila dicampur dengan mie instan. Orang tua (A) juga pernah konsultasi ke dokter mengenai permasalahan yang dialami oleh (A) dan dokter juga memberi saran agar orang tua terus melatih (A) agar mau makan nasi dan sayur.

Berdasarkan paparan diatas, dapat menggambarkan ketertarikan peneliti untuk mengamati lebih, tentang Konsentrasi belajar anak di TK Muslimat NU Khadijah II yang mengkonsumsi makanan cepat saji setiap harinya yang biasanya dibeli di toko sekitar rumah dan sekolahan. Atas dasar itu penulis mengambil Judul

" Konsentrasi Belajar Anak Yang Mengkonsumsi Makanan Cepat Saji Usia 5-6 Tahun Di Sekolah"

B. Fokus dan Sub Fokus Penelitian

Agar penelitian lebih terarah dan terencana maka peneliti perlu untuk memfokuskan penelitian. Fokus penelitian ini adalah untuk meneliti makanan siap saji yang dikonsumsi anak usia 5-6 tahun yang bersekolah di TK Muslimat NU Khadijah II. Adapun sub Fokus dalam penelitian ini adalah meneliti dari konsentrasi belajar anak mengkonsumsi makanan cepat saji di sekolah.

C. Rumusan Masalah

Penelitian ini akan akan mengetahui lebih jauh permasalahan yang menarik, sebuah rumusan masalah yakni:

1. Bagaimana konsentrasi belajar dari anak yang mengkonsumsi makanan cepat saji pada anak usia 5-6 tahun di TK Muslimat NU Khadijah II ?

D. Kegunaan Penelitian

1. Teoritis

Penelitian ini secara teoritis dapat memberikan informasi yang bermanfaat, secara umum untuk Pendidikan anak usia dini khususnya pada kajian teoritik Perkembangan anak usia dini pada perkembangan kognitif yakni konsentrasi belajar, kesehatan ilmu dan gizi.

2. Praktis

- a. Bagi Orang Tua

Adapun manfaat dalam penelitian ini bagi orang tua adalah dapat memberikan pemahaman kepada orang tua akibat dari kebiasaan mengkonsumsi makanan cepat saji terhadap kesehatan tubuh.

b. Bagi Guru

Hasil penelitian ini dapat menjadi informasi bagi guru dalam memberikan pengetahuan kepada anak agar tidak jajan sembarangan, bahaya dari mengkonsumsi makanan cepat saji secara terus menerus.

c. Bagi Peneliti Lain

Menambah informasi yang berkaitan dengan kajian penelitian dari konsentrasi belajar anak mengkonsumsi makanan cepat saji sehingga dapat melanjutkan penelitian berikutnya dengan kajian yang lebih mendalam.