

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Kajian Teori

Dalam penelitian kualitatif, pencarian dan pengadaan literatur atau kepastakaan merupakan suatu hal yang penting. Kepustakaan merupakan jembatan untuk peneliti mendapatkan landasan konstruksi teoritik, kajian teoritis mempunyai peranan penting dalam hal penelitian. Dengan kajian teori peneliti dapat mengidentifikasi masalah penelitian dan arah penelitian. Di dalam landasan teori bab II penelitian ini bertujuan untuk menganalisis proses penerapan kegiatan *edu parenting* sebagai sarana peningkatan pengetahuan dan pemahaman orang tua tentang gizi seimbang anak usia dini di SPS Roudlotul Jannah. Maka dari itu perlu mencantumkan kajian teori guna mendukung pelaksanaan penelitian ini¹.

Adapun landasan teori tersebut ialah : (a) Kegiatan *edu parenting* yang mencakup, pengertian kegiatan *edu parenting*, tujuan kegiatan *edu parenting*, bentuk-bentuk kegiatan *edu parenting*, dan *fungsi edu parenting* (b) Pengetahuan dan pemahaman yang mencakup pengertian pengetahuan, tingkatan, faktor dan indicator diantara keduanya (c) Gizi seimbang (d) Anak Usia Dini.

1. Kegiatan *edu parenting*

¹ M. A. Prof. Dr. Lexy J. Moleong, *METODOLOGI PENELITIAN KUALITATIF*, ed. M. A. Prof. Dr. Lexy J. Moleong, 38th ed. (Bandung: PT REMAJA ROSDAKARYA, 2018).

a. Pengertian *edu parenting*

Edu parenting adalah salah satu aspek untuk mencapai tujuan Pendidikan anak. Kegiatan *edu parenting* umumnya diselenggarakan oleh Lembaga Pendidikan anak usia dini, sebagai upaya menyelaraskan dengan Pendidikan yang diberikan di sekolah dengan orang tua dengan yang diberikan oleh keluarga. *Edu parenting* seyogyanya tidak hanya mengenai proses pelaksanaan pembelajaran dengan kaidah instruksional, tetapi juga harus memiliki semangat untuk menaungi seluruh kegiatan proses pelaksanaan di Lembaga².

Program *Parenting* merupakan program Pendidikan keorang tuaan, yang mana menurut Sudjana ditujukan untuk orang dewasa dalam lingkungan masyarakatnya. Dalam upaya mereka dapat mengembangkan kemampuan, meningkatkan pengetahuan, meemperkaya keterampilan serta profesi yang telah dimiliki, dapat memperoleh cara-cara terbaru, dan juga dapat mengubah sikap atau perilaku orang dewasa³.

Menurut Surbakti, *edu parenting* merupakan keterampilan serta pekerjaan dalam hal meangasuh anak atau upaya pemberian pendidikan yang dlakukan oleh keluarga melalui sumber-sumber dan media yang tersedia dalam keluarga atau lingkungan yang berbentuk kegiatan belajar secara mandiri ataupun kelompok. *edu parenting* dianggap penting

² Siti Arini Bariroh; Emmy Budiartati; Fakhrudin, "IMPLEMENTATION OF PARENTING EDUCATION IN EARLY CHILDHOOD EDUCATION INSTITUTIONS," *Journal of Nonformal Education* 6, no. 1 (2020): 77–84, <https://journal.unnes.ac.id/nju/indx.phpjne>.

³ Noni Ganevi, "PELAKSANAAN PROGRAM PARENTING BAGI ORANG TUA DALAM MENUMBUHKAN PERILAKU KELUARGA RAMAH ANAK" (Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia, n.d.).

sebagai proses interaksi berkelanjutan antara orang tua dan anak-anak mereka⁴.

Sesuai dengan UU Nomor 2 Tahun 1989 tentang Pendidikan nasional “Pendidikan keluarga merupakan bagian dari jalur pendidikan luar sekolah yang diselenggarakan ke dalam keluarga serta memberikan keyakinan agama, nilai kebudayaan, nilai moral, dan keterampilan⁵. Sedangkan Menurut Surbakti pada penelitian terdahulu, *edu parenting* ialah cara orang tua dalam memberitahu tentang penerapan pola interaksi dan relasi yang patut dan baik kepada anak, atau cara terbaik yang ditempuh oleh orang tua dalam mendidik anak sebagai perwujudan dari rasa tanggung jawab terhadap mereka⁶.

Sedangkan menurut Shohib, *edu parenting* merupakan upaya orang tua yang diajarkan pada penataan lingkungan sosial, lingkungan budaya, suasana psikologis serta perilaku yang ditampilkan pada saat terjadinya pertemuan dengan anak-anak⁷. Berdasarkan beberapa teori yang telah dikemukakan diatas, maka peneliti mendefinisikan bahwa *edu parenting* ialah sebuah kegiatan yang ditujukan kepada orang tua yang bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan keterampilan mereka dalam penerapan pola asuh kepada anak, baik dari segi agama dan moral, budaya, gizi, ataupun yang lainnya.

⁴ Wahyu Mega Mustikaningrum, “PERAN KEGIATAN PARENTING DALAM POLA ASUH ORANGTUA DI PAUD CINTA KASIH AMELIA DI DESA WUNUT, KECAMATAN NGOMBOL, KABUPATEN PURWOREJO” (Universitas Negeri Semarang, 2014).

⁵ Ii, Parenting, and Parenting, “BAB II KAJIAN PUSTAKA A. Kegiatan.”

⁶ Mustikaningrum, “PERAN KEGIATAN PARENTING DALAM POLA ASUH ORANGTUA DI PAUD CINTA KASIH AMELIA DI DESA WUNUT, KECAMATAN NGOMBOL, KABUPATEN PURWOREJO.”

⁷ Ibid.

b. Tujuan *Edu Parenting*

Program *edu parenting* merupakan sebagai wadah komunikasi yang menyambungkan antar orang tua, dengan para personel di satuan Pendidikan. Selain itu, juga untuk melakukan sosialisasi akan program-program oleh Lembaga PAUD. Ajakan kepada orang tua untuk bergandengan Bersama memberikan yang terbaik bagi anak-anaknya. Tujuan *parenting* adalah untuk meningkatkan kesadaran orang tua bahwa dalam mengasuh anak tidak boleh secara asal-asalan atau sembarangan, meningkatkan pengetahuan dan keterampilan orang tua dalam hal pengasuhan karena proses pengasuhan yang sesuai dengan karakter, usia, dan perkembangannya merpaan hal yang penting, dan sebagai mempertemukan kepentingan serta keinginan antara pihak keluarga dan sekolah⁸. Menurut Ayah Edy dalam buku *parenting boostek* penyelenggaraan *edu parenting* bukanlah bertujuan untuk menjadikan orang tua yang sempurna, melainkan agar bisa menjadi orang tua yang lebih baik lagi dari sebelumnya⁹. Tujuan lainnya dari kegiatan *edu parenting* ialah dapat membangun komunikasi yang baik antara Lembaga dengan orang tua. Sehingga penyelarasan pola pengasuhan di sekolah dan dirumah dapat berjalan dengan sesuai dan baik, melalui kegiatan *parenting* pula orang tua dapat lebih mengetahui capaian

⁸ Ninda Ratri Pratama Ningrum, "PENTINGNYA PARENTING EDUCATION UNTUK ORANG TUA MASA KINI," *Kompasiana*, last modified 2018, accessed November 15, 2022, www.kompasiana-com.cdn.ampproject.org.

⁹ Fransiska Gea, *MANFAAT PELAKSANAAN PARENTING PADA ORANG TUA* (Salatiga, n.d.).

perkembangan anak, serta hak-hak dasar anak apa saja yang seharusnya dipenuhi oleh orang tua dalam kelangsungan hidup anak¹⁰.

c. Bentuk-bentuk kegiatan *edu parenting*

Kumpul-kumpul orang tua dalam lebih mempunyai makna apabila suatu kelompok bermain bisa menyelenggarakan kegiatan *edu parenting*, hal itu dikemukakan oleh Gordon¹¹. Macam-macam bentuk *edu parenting* yang dapat diterapkan pada sebuah Lembaga Pendidikan ialah :

- 1) *Think-thank*, merupakan sumbang saran yang memiliki tujuan sebagai pemaparan pendapat serta forum diskusi mengenai model pembelajaran yang tepat dan sesuai bagi anak usia dini. Sebagai contoh : pembelajaran tematik. Yang mana setiap anggota dapat mengemukakan gagasan atau pendapatnya atau permasalahan yang selanjutnya akan dibahas sekaligus.
- 2) Arisan Bicara, merupakan pemilhan melalui undian secara bergilir untuk menentukan pembicara sesuai dengan topik yang telah ditentukan dan disepakati Bersama.
- 3) Seminar, yaitu kegiatan *edu parenting* yang mengundang pemateri dan sponsor
- 4) Praktek Ketrampilan, yaitu seperti pelatihan bersama para orang tua. Misalnya, pembuatan APE (Alat Permainan Edukatif), memasak makanan yang bergizi untuk anak, dan sebagainya.

¹⁰ Ibid.

¹¹ Ii, Parenting, and Parenting, "BAB II KAJIAN PUSTAKA A. Kegiatan."

- 5) Outbond, merupakan kegiatan yang dilakukan oleh semua anggota keluarga di luar ruangan, kemudian diselipkan kegiatan diskusi atau permainan yang dapat dimainkan oleh seluruh anggota keluarga secara bersama-sama¹².

Sedangkan, untuk bentuk kegiatan *edu parenting* yang diterapkan oleh peneliti dalam penelitian ini ialah berbentuk seminar, yang mana pada hal tersebut mengundang pemateri (Kader Posyandu Desa Soko) dan *sponsorship* lembaga SPS Roudlotul Jannah.

d. Fungsi kegiatan *edu parenting*

- 1) Fungsi Edukasi/ Pendidikan merupakan yaitu berkaitan dengan keluarga sebagai pemberi Pendidikan yang pertama kali diterima oleh anak dan berkaitan dengan dasar Pendidikan, perencanaan, perumusan pengarahannya, pengelolaan tujuan Pendidikan, penyediaan dana dan sarana., pengayaan berbagai wawasan, dan lainnya yang masih terkait.
- 2) Fungsi proteksi yaitu keluarga merupakan perlindungan paling aman , tentram lahir dan batin sejak dalam kandungan.yang dimaksud perindngan disini ialah mental, fisik, dan mienral.
- 3) Fungsi Sosialisasi, yaitu dalam kehidupan sehari-harinya anak tentu akan bersosialisasi dengan orang disekitarnya. Orang tua berperan penting dalam norma dan kehidupan sosial si anak meliputi penyaringan, penerangan, dan penafsiran agar mudah

¹² Mustikaningrum, "PERAN KEGIATAN PARENTING DALAM POLA ASUH ORANGTUA DI PAUD CINTA KASIH AMELIA DI DESA WUNUT, KECAMATAN NGOMBOL, KABUPATEN PURWOREJO."

dipahami oleh anak sehingga anak akan lebih siap dalam keidupan bermasyarakatnya.

- 4) Fungsi agama, yaitu orang tua wajib menajarkan kepada anak tentang beragama yang dianut tuhan. Selain bertujua agar anak mengenal tuhan, hal ini juga bertujuan agar anak taat dalam beragama dan kesadaran bahwa hidup hanyalah mencari ridho Allah.
- 5) Fungsi biologis, yaitu hal ini berkaitan erat dengan kebutuhan biologis dalam keluarga. Misanya : sandang, pangan, papan, kebutuhan perlindungan fsik, juga kebutuhan seksual.
- 6) Fungsi ekonomi, yaitu orang tua bertugas mencari nafkah, perencanaan pembelajaran, dan manfaat yang dicapai. Keluarga perlu pengelola dengan baik karena hal ini dapat berakibat pada pembentukan kepribadian anak.
- 7) Fungsi afeksi yaitu ketika anak berkomunikasi dengan orang tua. Maka ia akan merasakan suasana perasannya. Aktifitas, mimik, gerakan, dan perilaku orang tua menjadi hal yang penting dalam keluarga. Memahami anak dan emosi serta perilakunya haruslah menjadi kewajiban bagi orang tua agar anak merasa nyaman dan mudah bergaul dengan orang tua.
- 8) Fungsi rekreasi, ini berfungsi agar keluarga merasa bebas tanpa adanya tekanan, serta dapat menciptakan suasana yang nyaman, aman, dan ceria. Hal ini juga berfungsi agar diantara anggota keluarga lebih dekat dan saling mempunyai asa saling memiliki.

2. Pengetahuan dan Pemahaman

Menurut Notoatmodjo, pengetahuan ialah hasil dari seseorang dan telah terjadi setelah orang tersebut melakukan penginderaan dengan obyek tertentu, Pengetahuan kognitif merupakan hal yang penting atas perilaku seseorang, sehingga orang yang memiliki pemahaman yang tepat diharapkan dapat menumbuhkan hal baru¹³. Sedangkan, menurut Notoatmojo dalam penelitian lainnya, pengetahuan ialah hasil mengetahui yang terjadi pada seseorang setelah menggunakan panca inderanya terhadap objek tertentu. Panca penginderaannya meliputi indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan iba. Tetapi sebagian besar manusia menggunakan mata dan telinga. Menurut Donsu, pengetahuan ialah hasil dari rasa penasaran atau keingintahuan melalui proses sensori. Terutama mata dan telinga terhadap objek tertentu. Pengetahuan juga merupakan domain yang penting dalam pembentuk fikiran terbuka atau *open behavior*¹⁴.

Menurut Taksonomi Bloom, pemahaman ialah materi pembelajaran yang kemudian di kontruksi, kemudian apa yang diucapkan, ditulis atau telah digambarkan oleh guru. Pemahaman artinya berkesinambungan dengan membangun sebuah pengertian dari segala sumber seperti pesan, bacaan, serta komunikasi. Dalam buku pengantar evaluasi pendidikan karya Anas, pemahaman ialah kemampuan

¹³ WIDIA SANDY, "TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG KESELAMATAN PADA SISWA SEKOLAH DASAR" (UNIVERSITAS INDONESIA, 2012).

¹⁴ Roger Morrison, "PERBEDAAN ANTARA PENGETAHUAN DAN PEMAHAMAN," *STREPHONAY*, last modified 2021, accessed November 11, 2022, <https://id.strephonsays.com/knowledge-and-vs-understanding-3439>.

seseorang dalam memahami atau mengerti terhadap sesuatu yang diketahui atau diingat dan atau melihatnya dari berbagai segi, seorang siswa dapat dikatakan faham apabila ia dapat menjelaskan dan menguraikan lebih detail melalui susunan kalimatnya sendiri. Pemahaman menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia yaitu pengertian, pengetahuan, pendapat, pikiran, pandangan, yang perlu diikuti untuk belajar, dan berfikir¹⁵.

Sesuai dengan pendapat Rober pada kamus psikologi, yaitu pemahaman adalah proses mengenali sesuatu, mengapresiasi makna dari sebuah kata, kalimat, peristiwa, kejadian, proposisi atau rasa simpati meali proposisi terhadap orang in. terlebih kususnyalah sudut pandang menegnai beberapa hal dan keyakinan terhadap sebuah isu¹⁶. Bloom juga mengartikan bahwa pemahaman ialah menceritakan kembali apa yang telah dikaji dan diketahui sebelumnya. Menurutnya, pemahaman ialah daya terima, daya serap, dan memahami apapun yang telah disampaikan oleh pendidik¹⁷. Memahami merupakan kegiatan yang meliputi : menafsirkan, mencontohkan, mengklasifikasikan, merangkum, menyimpulkan, membandingkan, dan menjelaskan¹⁸.

a. Tingkat pengetahuan menurut Notoatmodjo meliputi :

¹⁵ Pratama, "TAKSONOMI BLOOM."

¹⁶ Dahlia Rahmawati, "PENINGKATAN PEMAHAMAN GIZI SEIMBANG PADA ANAK MELALUI KEGIATAN MEMBENTUK KREASI MAKANAN DI KELOMPOK B TK DARUL ULUM NGEMBALREJO KECAMATAN BAE KABUPATEN KUDUS" (Universitas Negeri Semarang, 2013).

¹⁷ Ade Wanti, "ANALISIS TINGKAT PEMAHAMAN GURU TERHADAP PENGGUNAAN TEKNOLOGI INFORMASI DI SMK KABUPATEN ACEH BESAR" (universitas islam negeri ar-raniry, 2019).

¹⁸ Pratama, "TAKSONOMI BLOOM."

- 1) Tahu (*Know*), maksudnya ialah pemanggilan dalam memori ingatan yang ada sebelumnya setelah mengamati suatu objek secara mendetail kemudian seluruh bahan yang telah dipelajari dan rangsangan telah diterima. ini merupakan tingkatan yang paling rendah. Disini kata kerja yang dapat digunakan sebagai mengukur orang ialah menyebutkan, menguraikan, mengidentifikasi, menyatakan, dan sebagainya
- 2) Memahami (*Comprehention*), disini memiliki arti bahwa dalam memahami objek bukan hanya sekedar tahu objek tersebut, dan tidak hanya dengan menyebutkan tetapi juga menginterpretasikan secara benar tentang objek yang diketahuinya. apabila orang telah memahami, maka harus bisa menelaskan, menyebutkan contoh, menarik kesimpulan, dan meramalkan suatu objek yang telah dipelajari.
- 3) Aplikasi (*Application*), maksudnya ialah apabila seseorang telah mengetahui dan memahami suatu objek maka dia harus dapat menggunakan atau mengaplikasikan prinsip tersebut walaupun dalam kondisi lain. Bisa juga dikatakan dengan ketentuan hukum, rumus, metode, prinsip, ataupun rencana program dalam situasi lain.
- 4) Analisis (*Analysis*), merupakan kemampuan seseorang dalam memisahkan, atau menjabarkan kemudian mencari komponen yang berhubungan dalam suatu objek permasalahan yang diketahui. Ciri dari orang yang telah sampai pada kemampuan ini ialah dapat membedakan, memisahkan, mengelompokkan, membuat bagan.
- 5) Sintesis (*Synthesis*), ialah kemampuan seseorang dalam merangkum atau meletakkan suatu hubungan yang logis dari poin pengetahuan yang

telah dimiliki. Atau kemampuan dalam menyusun formulasi baru dari formulasi lama.

- 6) Evaluasi (*Evaluation*), ialah keahlian dalam justifikasi atau menilai objek tertentu. Penilaian berasal dari kriteria yang ditentukan sendiri ataupun berasal dari masyarakat.
- b. Jenis-jenis perilaku pemahaman berdasarkan tingkat pemahaman dan tingkat analisis bahan ajar atau materi terbagi menjadi tiga¹⁹ yaitu :
- 1) Menerjemahkan (*Translation*), yaitu merubah bahasa yang awalnya tidak dipahai menjadi lebih mudah dipahami akan tetapi tidak terlepas dari konsep. Contohnya ialah menerjemahkan dari bahasa Inggris, atau bahasa Arab kedalam bahasa Indonesia.
 - 2) Menafsirkan (*Interpretation*), yaitu kemampuan menafsirkan lebih rinci dan detail daripada menerjemahkan, kemampuan menafsirkan ini tingkatannya lebih tinggi daripada mengenal dan memahami.
 - 3) Mengeksplorasi (*Extapolation*), yaitu menuntut seseorang untuk memiliki keahlian yang lebih baik karena orang harus melihat apapun yang sebelumnya hanya tertulis untuk menduga ukuran konsekuensi dan menambah pemahaman dalam arti waktu atau yang lainnya.
- c. Indikator dari pemahaman²⁰ ialah :
- 1) Mengartikan, yaitu menguraikan kemudian memaparkan dengan kalimat pribadi.

¹⁹ Wanti, "ANALISIS TINGKAT PEMAHAMAN GURU TERHADAP PENGGUNAAN TEKNOLOGI INFORMASI DI SMK KABUPATEN ACEH BESAR."

²⁰ Ibid.

- 2) Memberikan contoh, yaitu mencontohkan dan dapat memperjelas sesuatu yang telah dipelajari
- 3) Menyimpulkan, yaitu menarik intisari atau kesimpulan yang sesuai dengan apa yang telah dipelajari
- 4) Membandingkan, yaitu membandingkan antar materi yang dipelajari
- 5) Menjelaskan, yaitu menjelaskan kembali dengan baik yang dipelajari.

Menurut Bloom, faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan dan pemahaman ialah usia, pendidikan, pengalaman pribadi, media massa serta sosial budaya. Semakin tinggi usia seseorang maka pengetahuannya juga semakin bertambah. Pendidikan pun juga menjadi salah satu cara untuk mendatkan pengetahuan. Kebenaran dari pengetahuan dapat diperleh dari pengalaman media massa adalah salah satu cara untuk memperoleh kebenaran dari pengetahuan namun sosial budaya berperan sebagai arah sebelum bertindak dan berfikir, hal tersebut dikemukakan oleh Notoatmojo²¹.

3. Gizi Seimbang

Kata gizi berasal dari dialek bahasa Mesir yang berarti makanan, dalam bahasa Inggris "*Nutrition*" yang berarti gizi. Kemudian ke dalam bahasa Indonesia diadopsi menjadi "zat gizi". Menurut Bunga Astria Paramashanti pada buku Gizi bagi bu dan Anak, Gizi seimbang ialah sesuatu yang mempengaruhi proses perubahan dari semua jenis makanan yang masuk kedalam tubuh. Sedangkan menurut Djoko Pekik Irianto pada tahun 2006 gizi adalah makanan yang digunakan sebagai

²¹ Morrison, "PERBEDAAN ANTARA PENGETAHUAN DAN PEMAHAMAN."

proses organisme melalui proses-proses, meliputi : pencernaan, penyerapan, transportasi, penyimpanan, metabolisme, kemudian manfaat dari gizi adalah untuk mempertahankan kehidupan, pertumbuhan, fungsi organ tubuh serta untuk menghasilkan tenaga²².

Dalam bahasa Arab, gizi ialah “*ghidza*” yang memiliki arti makanan. Jika diartikan secara luas maka gizi adalah elemen atau unsur yang terkandung dalam makanan, unsur-unsur tersebut akan memberikan manfaat secara langsung terhadap tubuh dan memberi kesehatan. Menurut Irianto gizi dalam bukunya Panduan Gizi Lengkap Keluarga dan Olahragawan yaitu makanan dan minuman yang mengandung unsur-unsur yang dibutuhkan tubuh untuk kesehatan. Nirmala Devi mendefinisikan gizi adalah perolehan substansi yang diperoleh dari makanan-makanan yang digunakan untuk proses pertumbuhan,eliharaan, dan perbaikan jaringan tubuh. Sedangkan gizi menurut Joyce James, Colin Baker, dan Helen Swain adalah komponen kimia yang berada di dalam makanan dan digunakan tubuh sebagai sumber energi agar dapat membantu pertumbuhan, perbaikan, dan perawatan sel tubuh²³.

Gizi seimbang adalah kesesuaian gizi terhadap kebutuhan yang bisa dilihat dari usia, dan kegiatan fisiknya. Bisa juga diartikan sebagai susunan makanan sehari-hari yang mengandung zat-zat gizi

²² Sonia Mareta and Dudung Angkasa, “Hubungan Asupan Vitamin a , Konsumsi Buah Dan Sayur Dengan Kejadian Low Vision Pada Anak Usia Sekolah 7- 12 Tahun Di Provinsi Bengkulu,” *Nutrire Diaita* 6, no. 1 (2014): 1–5.

²³ Asiyah, “Pengenalan Gizi Seimbang Pada Anak Usia Dini Melalui Kegiatan Membentuk Kreasi Makanan Di Ra Muslimat Nu Kembaran.”

dalam jenis dan jumlah yang disesuaikan dengan kebutuhan tubuh seseorang dengan memperhatikan prinsip, variasi jenis makanan, aktivitas fisik, menjaga kebersihan, dan memperhatikan berat badan ideal. Menurut . Narayan, John, & Ramadas “Anak memilih makanan yang disukai dan tidak disukai, adanya makanan siap saji, kurang pengetahuan orang tua terhadap penyajian dan pemenuhan gizi seimbang pada anak yang dipengaruhi oleh faktor sosial ekonomi, budaya, perilaku mempunyai peran terhadap kejadian masalah gizi yang tidak seimbang”²⁴.

Menurut Birch & Fisher Dasar pembentukan pola makan sehat bagi anak adalah pengetahuan anak tentang gizi dan makanan serta kebiasaan makan. Kebiasaan makan anak terbentuk dari paparan awal anak dengan makanan²⁵. Menu seimbang adalah menu yang terdiri dari beraneka ragam makanan dalam jumlah dan proporsi yang sesuai, sehingga memenuhi kebutuhan gizi seseorang guna pemeliharaan dan perbaikan sel-sel tubuh dan proses kehidupan serta pertumbuhan dan perkembangan hal itu dikemukakan oleh Almatier²⁶. Menurut buku “*Panduan Gizi dan Kesehatan Anak Sekolah*”, di Indonesia seringkali mengkaji ulang terkait empat sehat lima sempurna, yang mana konsep itu tidak sesuai dengan alasan, yaitu : empat sehat lima sempurna belum tentu sehat, dan adanya anggapan yang salah terhadap peranan susu. Kemudian, sekarang disempurnakan menjadi piramida makanan,

²⁴ Hastuti, Setiasari, and Oktariani, “MENINGKATKAN PENGETAHUAN GIZI SEIMBANG UNTUK ANAK 1-6 TAHUN MELALUI PENYULUHAN PADA ORANG TUA.”

²⁵ Maulani et al., “Pemahaman Orang Tua Mengenai Gizi Seimbang Pada Anak Usia 4-5 Tahun.”

²⁶ Ibid.

karena pada konsep ini makanan disusun berdasarkan jumlah yang paling banyak dikonsumsi dalam jumlah sedikit dan tentunya sebagai penunjang gizi seimbang²⁷

Gambar 2.1 Piramida Makanan Gizi Seimbang



Kementerian Kesehatan RI telah merumuskan pesan gizi seimbang untuk anak sekolah yaitu : Biasakan makan tiga kali sehari (pagi, siang, dan malam) bersama keluarga, biasakan mengkonsumsi ikan dan sumber protein lainnya, perbanyak mengkonsumsi sayuran dan cukup buah-buahan, biasakan membawa bekal makanan dari air putih dari rumah, batas mengkonsumsi makanan cepat saji, biasakan menyikat gigi minimal dua kali sehari dan hindari merokok²⁸. Karakteristik makanan bergizi menurut Pollit yaitu mengandung berbagai unsur-unsur penting yang dibutuhkan dalam tubuh seperti karbohidrat, mineral, protein, vitamin, lemak, dan air. Serta makanan yang berasal secara alami, tanpa adanya bahan kimia atau zat lain yang membahayakan tubuh²⁹.

²⁷ M. Si Dyah Umiyarni Purnamasari, S.K.M., *PANDUAN GIZI DAN KESEHATAN ANAK SEKOLAH*, ed. Erang Risanto, 1st ed. (Purwokerto: Penerbit Andi, 2017).

²⁸ Ibid.

²⁹ Asiyah, "PENGENALAN GIZI SEIMBANG PADA ANAK USIA DINI MELALUI KEGIATAN MEMBENTUK KREASI MAKANAN DI RA MUSLIMAT NU KEMBARAN."

Kondisi otak dan fisik anak tentu tergantung pada pemberian jumlah makanan yang dikonsumsi sehari-hari, konsep gizi untuk anak usia dini ialah mengandung karbohidrat yang berasal dari nasi, singkong, protein dapat melalui tahu dan tempe, lemak dari melalui lemak hewan seperti gajih, vitamin dapat diperoleh melalui sayuran, buah-buahan, air dan susu. Selain itu, makanan yang dikonsumsi anak harusnya bervariasi, jumlah dan porsi anak juga harus cukup, harus higienis dan aman, serta teratur dan dilakukan dengan cara yang baik. Menurut Rushdie konsep pemahaman gizi seimbang anak usia dini dikonsepsi melalui sayuran dan buah-buahan kandungan didalamnya sangat berguna untuk manusia terutama anak. *Fitokimia karetonoid* pada sayuran warna kuning seperti wortel, labu kuning, dan kentang manis. Sayuran hijau seperti brokoli, warna merah dan kuning seperti mangga, tomat, semangka, dan nanas. Sayuran dan buah-buahan tersebut dapat mencegah penyakit kanker dan menjaga imun tubuh. *Unusrpsonin* yang terdapat dalam kacang-kacangan berkhasiat sebagai anti kanker, anti mikroba, menurunkan kadar kolesterol, dan *fitokimia polifenol* pada sayuran hijau bermanfaat untuk mengatur gula darah, mengatur tekanan darah, dan anti kanker³⁰.

1. Anak Usia Dini

Menurut Elizabeth B. Harlock anak usia dini merupakan anak yang memiliki usia 2-6 tahun yang mana disebut sebagai masa kepekaan atau *periode sensitive*, sehingga hal tersebut perlu rangsangan agar tidak menjadikan terhambatnya perkembangan. Menurut Bronowski, Usia dini

³⁰ Ibid.

ialah usia yang sesuai akan pemberian konsep kehidupan sebagai bekal di kehidupan yang selanjutnya. Karena ketika seseorang terlahir dari rahim ibu hingga dapat hidup mandiri tentu membutuhkan waktu yang panjang jika dibandingkan dengan makhluk hidup yang lain. Selanjutnya, menurut Jhon Lucke anak merupakan suatu individu yang memiliki kepribadian suci, bersih, serta peka terhadap segala rangsangan di lingkungan sekitarnya. Adapun menurut Hadinoto yaitu ,makhluk yang membutuhkan, tempat, kasih sayang, serta pemeliharaan bagi perkembangannya. Sesuai dengan pemaparan beberapa teori diatas, maka peneliti dapat menyimpulkan bahwa anak usia dini adalah individu diantara usia 0-6 tahun yang memiliki karakteristik unik serta membutuhkan lingkungan yang mendukung terhadap proses tumbuh kembangnya.

Adapun hakikat anak usia dini menurut Bredecam dan Cople, Brener, dan Kellough yang dikutip dari Masitoh ialah :

- a. Sifat unik
- b. Mampu mengekspresikan perilaku secara spontan
- c. Sifat yang enerjik dan aktif
- d. Sifat yang egosentris
- e. Keingintahuan yang kuat dan antusias tinggi
- f. Memiliki jiwa petualang dan eksploratif
- g. Kaya fantasi pada umumnya
- h. Sensitive akan frustrasi
- i. Kurang pertimbangan dalam bertindak
- j. Memiliki daya perhatian pendek

- k. Masa belajar potensial adalah masa anak
- l. Memiliki sifat menunjukkan minat kepada teman.

B. Kajian Pustaka

Kajian pustaka merupakan penelitian terdahulu yang memuat hasil-hasil penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian yang akan dilakukan, baik yang berasal dari dalam maupun luar negeri³¹. Dalam penelitian ini, peneliti menggali informasi dari penelitian-penelitian yang hampir sama sebelumnya sebagai bahan perbandingan, melihat kelebihan serta kekurangan, juga persamaan dan perbedaan.

Tabel 2.1 Perbedaan Penelitian Ini dengan Penelitian Sebelumnya

No.	Nama Peneliti, Judul dan Tahun Penelitian	Persamaan	Perbedaan
1.	Siti Asiyah, Pengenalan Gizi Seimbang Pada Anak Usia Dini Melalui Kegiatan Membentuk Kreasi Makanan Di Raudlatul Athfal Muslimat NU Kembaran Kecamatan Kembaran Kabupaten Banyumas, Tahun 2020 ³²	sama-sama menggunakan metode penelitian kualitatif, dan sama-sama memiliki tujuan dalam meningkatkan pengetahuan akan gizi seimbang anak usia dini	Perbedaannya terletak pada cara yang dilakukan dalam peningkatan pengetahuan dan pemahaman gizi seimbang anak usia dini atau variabel x-nya, perbedaannya juga terletak pada lokasi penelitian
2.	Desi Lestari, Pemahaman Orang Tua Tentang	sama-sama mengkaji tentang pemahaman orang	Perbedaannya terletak pada lokasi dan cara dalam

³¹ M. Psi. Victor Imaduddin Ahmad, S. Th.I., M. Ag; Rokim, S. Ag., S. Pd. I. M. Pd. I; Dr. Hepi Ikmal, S. Pd. I., M Pd. I; Siti Suwaibatul Aslamiyah, S. Ag., M. Pd; Moh. Ah. Subhan ZA. S. H.I., M. E.I; Musa'adatul Fitriyah, M. Pd. I; Tawaduddin Nawafilaty, S. Pd., "PEDOMAN PENULISAN MAKALAH, PROPOSAL, DAN SKRIPSI" (Lamongan: Fakultas Agama Islam Universitas Islam Lamongan, 2022), i-109.

³² Asiyah, "PENGENALAN GIZI SEIMBANG PADA ANAK USIA DINI MELALUI KEGIATAN MEMBENTUK KREASI MAKANAN DI RA MUSLIMAT NU KEMBARAN."

	Pemenuhan Gizi Anak Melalui Lunch Box (Bekal Makanan) Di Kelompok Bermain IT Sekargading Semarang, Tahun 2017 ³³	tua tentang gizi anak serta metode penelitiannya yaitu menggunakan metode pendekatan kualitatif	mengetahui tentang pemahaman orang tua
3.	Dahlia Rahmawati, Peningkatan Pemahaman Gizi Seimbang Pada Anak Melalui Kegiatan Membentuk Kreasi Makanan Di Kelompok B Tk Darul Ulum Ngembalrejo Kecamatan Bae Kabupaten Kudus, Tahun 2013 ³⁴	sama-sama meningkatkan pemahaman tentang gizi seimbang, dan sama-sama menggunakan Teknik pengumpulan data observasi dan dokumentasi	pada lokasi penelitian dan cara meningkatkan pemahaman gizi seimbang yang mana dalam penelitian ini menerapkan kegiatan membentuk kreasi makanan sedangkan dalam penelitian yang sedang diteliti sekarang dengan menerapkan kegiatan <i>edu parenting</i>
4.	Eka Puji Hastuti, Ria Setiasari Dan Liana Oktariani, Meningkatkan Pengetahuan Gizi Seimbang Untuk Anak 1-6 Tahun Melalui Penyuluhan Pada Orang Tua, tahun 2021 ³⁵	Persamaan penelitian ini dengan sekarang ialah sama-sama menggunakan metode kualitatif, penyelenggaraan penyuluhan yang kemudian di penelitian ini disebut sebagai <i>edu parenting</i>	perbedaannya terletak pada penyampaian materi yang mana pada penelitian yang diteiti sekarang dengan tatap muka bukan <i>online</i> atau via <i>google meet</i>
5.	Wahyu Mega Mustikaningrum Yang Berjudul Peran Kegiatan Parenting Dalam Pola Asuh Orang Tua Di PAUD Cinta Kasih Amelia Di Desa	sama-sama mengadakan kegiatan <i>parenting</i> , persamaan dalam Teknik pengumpulan data dan sama-sama menggunakan	Perbedaannya terletak pada materi yang disampaikan dalam <i>parenting</i> serta lokasi penelitian

³³ Desi Lestari, "PEMAHAMAN ORANG TUA TENTANG PEMENUHAN GIZI ANAK MELALUI LUNCH BOX (BEKAL MAKANAN) DI KELOMPOK BERMAIN IT SEKARGADING SEMARANG" (UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG, 2017).

³⁴ Rahmawati, "PENINGKATAN PEMAHAMAN GIZI SEIMBANG PADA ANAK MELALUI KEGIATAN MEMBENTUK KREASI MAKANAN DI KELOMPOK B TK DARUL ULUM NGEMBALREJO KECAMATAN BAE KABUPATEN KUDUS."

³⁵ Hastuti, Setiasari, and Oktariani, "MENINGKATKAN PENGETAHUAN GIZI SEIMBANG UNTUK ANAK 1-6 TAHUN MELALUI PENYULUHAN PADA ORANG TUA."

	Wunut Kecamatan Ngombol Kabupaten Purworejo, tahun 2014 ³⁶	metode penelitian kualitatif	
--	---	------------------------------	--

C. Kerangka Konseptual

Kerangka konseptual merupakan gambaran alur berpikir peneliti untuk menyusun reka pemecahan masalah (jawaban pertanyaan penelitian berdasarkan teori yang dikaji)³⁷. Di Lembaga SPS Roudlotul Jannah belum pernah diselenggarakannya kegiatan *edu pareting* mengenai gizi seimbang anak usia dini pada orang tua, hal itu sangat disayangkan sebab gizi merupakan kebutuhan sehari-hari dan termasuk hal penting dalam tubuh. Latar belakang orang tua yang sebagian besar tidak sampai SLTA/Sederajat dan tidak pernah diselenggarakannya kegiatan penyuluhan gizi seimbang untuk anak menjadi salah satu faktor kurangnya pengetahuan dan pemahaman mereka. Maka dari itu, dengan adanya kegiatan *edu parenting* diharapkan menjadikan orang tua lebih mengetahui tentang gizi seimbang dan bisa lebih memahami sehingga dapat memberikan makanan yang berkualitas pada anak mereka. Kegiatan *edu parenting* ini dinarasumberi oleh ketua kader posyandu Desa Soko yaitu Bu Ninglah.

Berdasarkan judul penelitian yaitu: “*EDU PARENTING SEBAGAI SARANA SOSIALISASI PENGETAHUAN DAN PEMAHAMAN ORANG TUA*”

³⁶ Mustikaningrum, “PERAN KEGIATAN PARENTING DALAM POLA ASUH ORANGTUA DI PAUD CINTA KASIH AMELIA DI DESA WUNUT, KECAMATAN NGOMBOL, KABUPATEN PURWOREJO.”

³⁷ Victor Imaduddin Ahmad, S. Th.I., M. Ag; Rokim, S. Ag., S. Pd. I. M. Pd. I; Dr. Hepi Ikmal, S. Pd. I., M Pd. I; Siti Suwaibatul Aslamiyah, S. Ag., M. Pd; Moh. Ah. Subhan ZA. S. H.I., M. E.I; Musa’adatul Fitriyah, M. Pd. I; Tawaduddin Nawafilaty, S. Pd., “PEDOMAN PENULISAN MAKALAH, PROPOSAL, DAN SKRIPSI.”

TERHADAP GIZI SEIMBANG ANAK USIA DINI DI SPS ROUDLOTUL JANNAH” terdapat dua variabel. Variabel dependen dari penelitian ini ialah pengetahuan dan pemahaman tentang gizi seimbang anak usia dini dan variabel independennya yaitu kegiatan *edu parenting*. Keterkaitan dalam dua variabel tersebut telah dijelaskan dalam landasan teori.

Dari uraian di atas, maka kerangka berfikir dalam penelitian ini dapat digambarkan sebagai berikut :

Bagan 2.1

