

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

*National Association for the Education Young Children (NAEYC)* menyatakan anak usia dini yaitu anak dalam masa pertumbuhan dan perkembangan berbagai aspek sangat pesat sehingga dalam pembelajaran perlu memperhatikan karakteristik anak terutama yang berusia 0-8 tahun. Pertumbuhan anak usia dini mencakup berbagai aspek yang tertuang dalam Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 146 Tahun 2014 tentang Kurikulum 2013 Anak Usia Dini Pasal 5 menyatakan bahwa aspek perkembangan kurikulum PAUD meliputi nilai agama moral, fisik motoric, kognitif, Bahasa, sosial emosional dan seni (Dahlia, Ismawati, & Herawati, 2019). Anak usia dini unik setiap anak memiliki tingkat perkembangan yang berbeda – beda sesuai tingkatan usia anak. Aspek – aspek perkembangan sangat penting dalam membantu keberhasilan anak belajar sesuai usianya. Karakteristik unik, aktif, bersemangat, dan sangat mengamati apa yang dilihat dan pelajari saat bermain. Ini membuat mereka termotivasi untuk berkembang..

Santrock (2011) menyatakan bahwa perkembangan adalah perkembangan adalah proses seumur hidup yang menghasilkan peningkatan struktur dan fungsi anggota tubuh yang kompleks sehingga proses tersebut kesempurnaan yang tidak dapat diulang (Dewi, Mayasarokh, 2020). Ahmad & Mubiar (2011) menyatakan bahwa perkembangan adalah

perubahan fisik maupun psikis individu menuju tingkat kematangan secara sistematis, progresif, dan saling bersinambungan (Dewi, Mayasarokh, 2020). Jadi perkembangan suatu proses perubahan kematangan yang penting, karena dapat distimulasi tujuan pembelajaran anak tercapai dengan optimal.

Aspek perkembangan penting harus dimiliki oleh anak yaitu perkembangan sosial. Perkembangan sosial adalah capaian kematangan anak dalam interaksi sosial, kematangan sosial anak didapat dari berbagai stimulasi dan eksplorasi berinteraksi dengan lingkungannya (Dewi, Mayasarokh, 2020). Perkembangan sosial salah satu kebutuhan setiap individu dalam berinteraksi dengan lingkungannya. Kesempatan anak belajar bereksplorasi dengan lingkungannya sebagai pengalaman untuk menyesuaikan diri agar anak mampu menuju capaian kematangan sosial.

Afifah & Rohmadheny (2014) menyatakan bahwa kematangan (*maturity*) adalah kesiapan proses perkembangan jiwa seseorang menuju dewasa, artinya seseorang mampu memiliki kemampuan untuk bertindak sesuai dengan norma sosial. Chaplin mengatakan perkembangan keterampilan dan pembiasaan sebagai ciri khas sekelompok orang yang dikenal sebagai kematangan sosial. Kematangan sosial akan nampak apabila perilaku tersebut menunjukkan kemampuan seseorang mampu menolong diri sendiri dan berpartisipasi dalam kegiatan yang menunjukkan perilaku mandiri seperti orang dewasa (Susanto, 2017).

Kematangan sosial akan nampak ketika anak beraktivitas menunjukkan perilaku mandiri saat diberi kesempatan oleh lingkungannya.

Kematangan sosial anak usia dini akan muncul melalui perilaku anak. Doll (1965) menyatakan bahwa adapun aspek kematangan sosial anak usia dini penting karena mempersiapkan untuk memasuki sekolah yaitu a) Menolong diri sendiri (*self- help*) yang terdiri dari menolong diri secara umum (*self-help general*), kemampuan ketrampilan makan (*self- help eating*), kemampuan berpakaian (*self – help dressing*); b) mengarahkan pada diri sendiri (*self- direction*); c) gerak (*locomotion*); d) pekerjaan (*occupation*); e) sosialisasi (*sosialization*); f) komunikasi (*communication*). Aspek kematangan sosial yang mendominasi pada masa awal kanak – kanak yaitu aspek menolong diri sendiri atau bantu diri (*self- help*) (Susanto, 2017). Anak yang mencapai kontrol tubuh akan mampu melakukan perilaku atau aktivitas yang menunjukkan kematangan sosial dan mampu membantu dirinya sendiri.

Bantu diri merupakan ketrampilan individu untuk berperilaku menjalani hidup dengan mandiri. Adapun aspek bantu diri (*self – help*) yaitu bantu diri secara umum (*self- help general*), bantu diri ketrampilan makan (*self- help eating*), dan bantu diri berpakaian (*self- help dressing*) (Doll, 1953). Kebutuhan dasar yang anak mampu penuhi secara mandiri yaitu makan, merawat kebersihan diri, dan berpakaian. Dalam menyelesaikan tugas kebutuhan dasar, anak membutuhkan ketrampilan bantu diri. Reinhart mengemukakan bahwa kemampuan bantu diri

merupakan kemampuan menstimulasi anak mampu mengendalikan tubuh. Saat anak mencapai kontrol tubuh, maka anak dapat bertanggung jawab kepada diri sendiri untuk memenuhi kebutuhan dasar (Utami & Yunitami, 2014). Pentingnya pengembangan kemampuan bantu diri yang distimulasi sejak dini agar anak mampu bertanggung jawab kepada dirinya.

Conger dan Rose mengemukakan bahwa manfaat memiliki kemampuan bantu diri adalah membentuk individu agar memiliki rasa pemberani agar tidak ketergantungan kepada orang lain, membantu anak menghargai orang lain dan tanggung jawab individu, memberikan anak pengalaman dan pengambilan keputusan dalam menyelesaikan permasalahan, serta anak memiliki waktu efektif dengan pengasuhan ataupun berinteraksi dengan lingkungannya (Utami & Yunitami, 2014). Kemampuan bantu diri membentuk anak menjadi dewasa dengan konsep diri dan percaya diri yang tepat karena mampu mandiri tanpa bantuan orang lain.

Salah satu kegiatan yang mendukung kemampuan bantu diri anak yaitu kegiatan makan bersama. Layanan kegiatan makan bersama pendidikan anak usia dini bertujuan untuk memberikan kebutuhan pokok agar mereka mampu belajar secara optimal. Menurut Ochs dan Shohet, makan adalah budaya bersosialisasi dengan baik dan tepat. *Child Care Canada Reserch* juga berpendapat bahwa makan tidak hanya memberikan energi yang dibutuhkan untuk beraktivitas, namun sebagai kegiatan sosial

dan aktivitas sosial. Menurut Dogde dan Colker, kegiatan makan adalah waktu yang baik untuk belajar. (Mutiawati, 2019).

Pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa kegiatan makan bersama tidak hanya sebagai sumber energy. Namun, menstimulasi kemampuan bantu diri anak melalui kegiatan makan bersama.

Kegiatan makan bersama adalah salah satu kegiatan pembelajaran AUD memberikan kesempatan kepada anak agar beristirahat dan melepaskan rasa haus dan lapar. Serta kegiatan makan bersama sebagai media mengembangkan aspek psikis dan pengembangan aspek sosial emosional. Makan bersama sebagai kegiatan pembelajaran yang baik bagi anak untuk (1) belajar melayani diri sendiri, (2) belajar makan bersama berkelompok,(3) mengenal berbagai makanan baru, (4) menumbuhkan perilaku positif dalam makanan dan kandungan nutrisi (Yus & Sari, 2020).

Soekarno mengemukakan bahwa kegiatan makan bersama merupakan kegiatan menikmati hidangan yang sudah disiapkan secara bersama – sama dilakukan berkelompok maupun beberapa anak. Naimah Konik mengemukakan bahwa kegiatan makan bersama dapat menstimulasi cara makan dan menambah nafsu makan yang baik bagi anak (Budiarti, Rohmah, & Kasiati, Pertiwi, Umilia, 2022).

Berdasarkan beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa pentingnya kegiatan makan bersama untuk menstimulasi anak agar mampu memahami kebutuhan pokok dalam makan yang dilakukan bersama – sama sehingga anak termotivasi melayani diri sendiri.

Sajjah dan Sri Lestari mengemukakan bahwa manfaat kegiatan makan bersama yaitu anak dapat membedakan dan memilih makanan yang sehat dan bergizi, anak-anak dapat memahami kebutuhan tubuh mereka dan belajar makan bersama dengan cara yang benar. (Budiarti, Rohmah, & Kasiati, Pertiwi, Umilia, 2022). Manfaat kegiatan makan bersama adalah menambah nafsu makan anak sehingga nutrisi yang dibutuhkan dalam tubuh terpenuhi, mengungkapkan perasaan ketika makan bersama, meningkatkan komunikasi anak saat makan dengan teman-temannya, mengembangkan kemampuan mandiri untuk makan sendiri, mengembangkan kemampuan sosial belajar mendengar yang baik dan sabar dalam antrian, mengajarkan cara makan yang tepat, meningkatkan cita rasa anak, mengenalkan anak kebersamaan saat kegiatan makan bersama ( Naimah, 2019)

Beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa kegiatan makan bersama bermanfaat mengajarkan anak untuk melayani diri sendiri ketika makan dan memotivasi kebersamaan. Makan bersama dapat menstimulasi perasaan anak sehingga lahap makan dan mengajarkan prosedur makan yang baik dalam menggunakan peralatan alat makan.

Berdasarkan dari hasil kegiatan pengamatan awal yang dilakukan pada bulan Januari tahun 2024 di Cendekia Kids School Madiun pada anak usia 4 – 5 tahun didapati bahwa terdapat anak yang sedang dalam proses masa perkembangan kemampuan bantu diri ketika makan. Kemampuan bantu diri anak ketika kegiatan makan bersama di Cendekia Kids School

Madiun yaitu anak mencuci tangan, mengambil tas sendiri, mengeluarkan dan membuka bekalnya, anak belum mampu makan sendiri masih membutuhkan bantuan dari pendidik untuk membuka bekal, menyuapi ketika makan, membuka snack jajan, membuka dan menutup botol air minum. Anak – anak masih belum diajarkan kemampuan mandiri sedari kecil, Faktor eksternal, seperti orang tua dan keluarga, berkaitan dengan kemandirian. Berdasarkan wawancara yang dilakukan pada bulan Januari 2024 dengan orang tua bahwa mandiri anak usia dini masih rendah karena terlalu memanjakan anak, rasa ingin membantu anak, dan kasian kepada anak, kenyataannya anak mampu melakukannya sendiri. Apabila hal tersebut dilakukan sampai anak remaja maka tidak akan terbentuk kemampuan bantu diri pada anak.

Hal tersebut menjadi tantangan bagi kita, baik orang tua, pendidik. Pentingnya melatih kemampuan bantu diri anak memang harus dilatih sedari dini. Dengan sering berlatih melakukannya sendiri oleh orang tua dan pihak sekolah diharapkan anak mampu mengembangkan sikap bantu diri sejak dini karena kemampuan bantu diri sangat bermanfaat kelak di kehidupan masa depan anak. Dengan latihan berulang, anak akan mampu menjadi pemberani dan bertanggung jawab dan tidak ketergantungan kepada orang lain. Berdasarkan kegiatan makan bersama disekolah Cendekia Kids School terdapat peraturan SOP kegiatan makan bersama dan menu makanan sehat bergizi. Setiap hari anak membawa bekal dari rumah seperti, nasi dan lauk pauk, roti, dan jajan, susu, buah, serta air

putih. Adapun kegiatan makan bersama yang dilakukan oleh sekolah yaitu pemberian makanan tambahan (PMT) berupa makanan bergizi dan seimbang yang diberikan 2 minggu sekali seperti, soto, sayur sup, sayur bening, telur, susu, ikan, buah – buahan ( makanan menambah karbohidrat dan protein). Didapati saat kegiatan makan bersama terdapat beberapa anak yang sedang dalam proses masa perkembangan kemampuan bantu diri ketika makan, maka guru melatih anak untuk membuka bekal dan mencoba makan dengan sesuai keinginan anak. Berdasarkan dari hasil pengamatan awal yang dilakukan bulan Januari 2024 di KB Cendekia Kids School Madiun pada anak kelompok A didapati bahwa terdapat anak yang sedang dalam proses masa perkembangan kemampuan bantu diri ketika makan bersama.

Dari penjelasan tersebut, dapat diketahui bahwa terdapat beberapa anak yang sedang dalam proses masa perkembangan kemampuan bantu diri ketika makan bersama. Sehingga dalam kegiatan makan anak bersama perlu dilatih kemampuan bantu diri agar mampu makan sendiri. Peneliti ingin mengetahui bagaimana pengaruh kegiatan makan bersama terhadap kemampuan bantu diri anak usia 4-5 tahun di Cendekia Kids School Madiun. Pemilihan usia ini didasari oleh fakta bahwa sebagian anak masih belum mampu melakukan kegiatan makan secara mandiri masih membutuhkan bantuan dari pendidik. Selain itu juga belum ada penelitian terhadap penerapan kegiatan makan bersama di Cendekia Kids School. Khususnya mengenai pengaruh kegiatan makan bersama terhadap



kemampuan bantu diri anak. Oleh sebab itu peneliti termotivasi mengangkat atau memfokuskan penelitian dengan judul Pengaruh Kegiatan Makan Bersama Terhadap Kemampuan Bantu Diri Anak Usia 4-5 Tahun Di Cendekia Kids School Madiun.

### **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah

Bagaimana pengaruh kegiatan makan bersama terhadap kemampuan bantu diri anak usia 4-5 tahun di Cendekia Kids School Madiun?

### **C. Tujuan Penelitian**

Untuk mengetahui pengaruh kegiatan makan bersama terhadap kemampuan bantu diri anak usia 4-5 tahun di Cendekia Kids School Madiun.

### **D. Manfaat Penelitian**

Hasil peneliti bermanfaat untuk :

1. Secara teoritis
  - a. Pengetahuan tentang pengaruh kegiatan makan bersama terhadap kemampuan bantu diri.
  - b. Penelitian yang dikaji diharapkan dapat menjadi penerapan atas teori yang telah ada, dalam perkembangan keillmuan.

2. Secara Praktis

Diharapkan bahwa penelitian ini akan bermanfaat bagi berbagai pihak.

- a. Bagi sekolah yaitu dapat menindak lanjuti cara menstimulasi anak dari pengaruh kegiatan makan bersama terhadap kemampuan bantu diri
- b. Bagi orang tua yaitu mendapatkan pengetahuan mengenai pentingnya kegiatan makan bersama untuk meningkatkan kemampuan bantu diri
- c. Bagi peneliti yaitu memberikan pengalaman dan pemahaman tentang kegiatan makan bersama mempengaruhi kemampuan bantu diri anak usia 4-5 tahun di Cendekia Kids School Madiun.
- d. Bagi penelitian selanjutnya yaitu dapat menjadi sumber informasi dan bahan referensi bagi penelitian selanjutnya mengenai pengaruh kegiatan makan bersama terhadap kemampuan bantu diri anak usia 4-5 tahun di Cendekia Kids School Madiun.

#### **E. Definisi Operasional Variabel**

##### 1) Kegiatan makan bersama

Kegiatan makan bersama adalah salah satu kegiatan pembelajaran AUD memberikan kesempatan kepada anak agar beristirahat dan melepaskan rasa haus dan lapar. Adapun prosedur kegiatan makan bersama di Cendekia Kids School Madiun (1) Menyiapkan dan memastikan area dan peralatan makan bersih oleh guru kelas dan guru pendamping, (2) Cuci tangan sebelum menyiapkan makanan, (3) Memperhatikan pemilihan wadah makanan yang aman, (4) Menyiapkan peralatan dan makanan, (5) Makanan ditempatkan dalam

wadah yang bersih dan tertutup, (6) Minuman yang diberikan dianjurkan berupa air putih matang, (7) Pendidik dan anak cuci tangan menggunakan sabun dan air bersih yang mengalir, (8) Mencoba makanan sebelum diberikan, (9) Melatih anak untuk memimpin berdoa, (10) Menciptakan suasana yang menyenangkan pada saat makan, (11) Mendorong anak makan sendiri, (12) Mendorong anak untuk membereskan peralatan makannya, (13) Memberi kesempatan anak untuk mencuci tempat bekalnya, (14) Guru kelas dan guru pendamping wajib mengembalikan perlengkapan makan yang telah digunakan ke tempat penyimpanan sesuai dengan jumlah yang diambil dalam keadaan bersih.

## 2) Kemampuan bantu diri

Kemampuan bantu diri merupakan aspek keterampilan sosial agar dapat membantu anak dalam melakukan aktivitas untuk merawat atau menolong dirinya agar tidak bergantung kepada orang lain di sekitarnya. Kemampuan individu untuk membantu atau memenuhi keinginan dirinya sendiri. Adapun aspek bantu diri (*self – help*) yaitu bantu diri dalam makan (*self- help eating*).