

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa anak prasekolah merupakan masa anak pada saat usianya yang ketiga sampai ulang tahunnya yang keenam (Dodson, 2006: 327). Pada masa ini, anak prasekolah memiliki pola pertumbuhan dan perkembangan. Pada pola pertumbuhan, anak mengalami pertumbuhan fisik dan pematangan sistem organ. Sedangkan pada pola perkembangan anak mencakup pada perkembangan psikososial, kognitif, moral dan spiritual, keterampilan motorik halus dan kasar, sensori, komunikasi dan bahasa, emosional dan sosial (Kyle & Carman, 2015: 134-139).

Pada masa prasekolah, anak juga memiliki berbagai macam potensi sesuai dengan tahap pertumbuhan dan perkembangan yang dilaluinya. Agar dapat memunculkan potensi anak, maka diperlukan stimulasi supaya anak dapat tumbuh dan berkembang secara maksimal. Tertunda atau terlambatnya pertumbuhan dan perkembangan anak, akan dapat memunculkan masalah yang nantinya dialami oleh anak (Maghfuroh & Salimo, 2019: 1), karena pertumbuhan pengaruh terhadap fisik, sedangkan perkembangan berkaitan dengan matangnya fungsi organ (Adriana, 2011).

Dalam aspek perkembangan anak terutama aspek emosional, terdapat beberapa emosi yang berkembang di antaranya yaitu, rasa takut (merasa terancam), cemas (takut dengan khayalan yang dimilikinya), marah (rasa kecewa), cemburu (merasa tersisihkan dengan orang lain), gembira (saat semua kebutuhan terpenuhi), kasih sayang (suka dengan lingkungan sekitar), fobia (memiliki ketakutan yang tidak wajar), dan ingin tahu (ingin mengenal dan mengetahui segala hal (Musabiq, 2019: 5).

Adanya perkembangan emosi tersebut, menjadi salah satu penyebab anak mengalami sulit makan atau pilih-pilih makanan karena faktor psikologi anak, dimana anak bisa saja mogok makan untuk mencari perhatian orang tua, protes karena keinginannya tidak dipenuhi, sedang sedih, atau lebih memilih mainan (Hidayati, 2011: 18). Selain itu, eksistensi serta ego pada anak mulai muncul yang mana sering kali membuat keputusan yang tidak sesuai dengan orang tuanya (Pratitasari, 2010: 4). Hal tersebut dapat dibuktikan menurut hasil wawancara Sambo dkk. (2020) dengan beberapa orang tua di TK Kristen Tunas Rama Kota Makassar dimana kebanyakan mengeluhkan anaknya lebih aktif bermain dengan teman-temannya, bosan dengan hidangan yang telah disiapkan, namun ada juga anak yang memang tidak ingin makan karena seringnya mengalami sakit.

Kondisi sulit makan atau pilih-pilih makanan pada anak juga bisa disebut dengan *picky eater*. Istilah *picky eater* ini disebutkan untuk anak-anak yang menolak beberapa jenis makanan tertentu yang menurut orang tua baik untuk tumbuh kembang anak (Jacobi et al., 2008). Lebih dari 20% anak prasekolah dengan usia tiga sampai lima tahun mengalami kesulitan makan karena anak telah menjadi konsumen aktif (Saidah & Dewi, 2020). Seperti halnya di Turki pada tahun 2012, terdapat 43,1% anak usia 25-48 bulan dan 45% anak usia 49-72 bulan yang mengalami *picky eater* berdasarkan laporan dari ibu mereka (Örün et al., 2012) dan hingga saat ini di Indonesia pada tahun 2023, terdapat 33 dari 64 anak (51,6%) di 4 TK Dharma Wanita Persatuan Kecamatan Buduran Kabupaten Sidoarjo mengalami *picky eater* (Hakiki & Muniroh, 2023). Jadi, *picky eater* ini merupakan masalah yang serius.

Anak akan dikatakan memiliki perilaku *picky eater* jika anak memiliki ciri-ciri seperti konsisten dalam menolak makan yang bertekstur, berasa, berbau, atau memiliki suhu tertentu, serta menolak makanan yang baru saja dikenalkan ataupun makanan yang sudah pernah dikenalkan tetapi dengan tipe masakan yang berbeda, namun anak tidak menolak makanan yang disukainya. Selain itu, anak juga dapat bereaksi dengan menunjukkan ekspresi wajah yang tidak menyenangkan, tidak mau membuka mulut hingga memuntahkan makanannya (Rufaida & Lestari, 2018). Jika anak mengalami kriteria tersebut, maka perlu adanya perhatian orang tua, karena perilaku *picky eater* pada anak memiliki dampak yang merugikan bagi anak dan orang tuanya (Lestari et al., 2019).

Menurut hasil penelitian Jacobi dkk. (2008) melalui Internasional Journal of Eating Disorder dengan judul “*Is Picky Eating an Eating Disorder?*” yang membahas tentang hubungan antara pilih-pilih makanan dengan gangguan makan, yaitu *picky eating* termasuk ke dalam masalah perilaku, baik perilaku internal maupun perilaku eksternal. Perilaku internal mencakup pada psikologi anak dan perilaku eksternal mengarah pada pengaruh perilaku buruk orang tua yang telah dibuktikan pada penelitian mereka sebelumnya tentang faktor-faktor temperamental yang menyertai *picky eater* pada anak kecil. Ada juga faktor lain dari internal anak yaitu, adanya gangguan pencernaan maupun penyakit infeksi (Marianna & Hardyanti, 2019) dan faktor eksternal dari orang tua berdasarkan ulasan 13 artikel oleh Astuti dkk. (2023), yaitu meliputi pekerjaan ibu, pola makan orang tua, dan terlambatnya mengenalkan makanan pada anak.

Anak yang mengalami hal tersebut dapat berisiko tinggi terkena malnutrisi seiring dengan bertambahnya usia (Asih & Mugiati, 2018). Pada hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022 di Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Gambaran status gizi (*stunting, wasting,*

underweight, dan overweight) dengan melibatkan 334.848 balita di 486 kota atau kabupaten yang tersebar di 33 provinsi menyatakan bahwa angka *stunting* (pendek berdasarkan umur) SSGI turun dari 24,4% (2021) menjadi 21,6% (2022), tetapi masih perlu penurunan hingga 3,8% per tahun untuk mencapai 14% di tahun 2024 (Murnia, 2023). Pada kasus *wasting* (kurus berdasarkan usia), Indonesia merupakan negara dengan jumlah beban kasus balita *wasting* tertinggi kedua dengan lebih dari 760.000 kasus balita gizi buruk. Pemerintah Indonesia telah berkomitmen untuk menangani *wasting* dengan target penurunan dari 10,2% menjadi 7% pada tahun 2024 (UNICEF, 2023). Maka dari itu, gizi seimbang sangat penting untuk anak, karena tanpa nutrisi yang cukup, sulit bagi anak menjalani masa tumbuh kembang dengan baik dan sebagai pencegah terjadinya penyakit seperti kekurangan energi, protein, anemia, defisiensi yodium, defisiensi seng, defisiensi vitamin A, dan lain-lain (Astuti, 2016).

Beberapa hasil penelitian yang mengatakan bahwa perilaku *picky eater* tidak ada hubungan yang bermakna dengan status gizi, seperti halnya pada hasil penelitian Mulyani dkk. (2023) yang mengatakan bahwa mayoritas anak di desa lokus *stunting* Sidodadi kec. Teluk Pandan kab. Pesawaran memiliki perilaku *picky eater* dengan status gizi baik meskipun anak terkadang tidak ingin makan makanan yang baru, jarang dapat menikmati makanan yang baru, terkadang juga tidak menyukainya dan malah tertarik dengan makanan yang baru dikenalnya, dan bahkan tidak menyukai makanan tanpa mencobanya dahulu. Selain itu, hasil dari penelitian Nisa dkk. (2021) di RW 04 Kelurahan Pancoran Mas Kota Depok juga menyatakan hal yang sama bahwa tidak ada hubungannya dengan status gizi, karena pertumbuhan serta perkembangan anak tetap normal sesuai dengan usianya yang dapat dilihat melalui hasil pengukuran berat dan tinggi badannya.

Dari dua hasil penelitian tersebut juga diperkuat oleh pernyataan Dr. dr. Meta Hanindita, Sp.A (K) (2022: 16) di buku “89 Resep Makanan Anak 2-5 Tahun” yang mengatakan bahwa anak *picky eater* masih mau mengonsumsi beberapa jenis makanan kelompok karbohidrat, protein, sayur atau buah, susu, tetapi tidak dengan jumlah yang cukup, sehingga 20% sampai 50% anak *picky eater* termasuk anak yang sehat. Menurut ahli gizi Puskesmas Buduran, hal tersebut dikarenakan makanan yang dikonsumsi masih memiliki kalori yang cukup meskipun hanya satu jenis makanan saja yang dikonsumsi (Asmawan, komunikasi pribadi, 14 Desember 2023).

Namun, meskipun ada yang tidak sejalan dengan penelitian yang mengatakan bahwa perilaku *picky eater* terdapat hubungan dengan status gizi anak, sebenarnya *picky eating* merupakan fase yang normal dialami oleh anak prasekolah dan tetap menjadi persoalan yang

penting karena pada penelitian Lestari dkk. (2019), *picky eater* dikatakan memiliki kebiasaan mengonsumsi karbohidrat yang cenderung manis seperti coklat, permen dan susu kemasan yang mana untuk kedepannya dapat menimbulkan risiko penyakit jika dalam jangka waktu yang lama dan ekstrim dapat menyebabkan anak menjadi obesitas (Asmawan, komunikasi pribadi, 14 Desember 2023). Hal tersebut dapat dilihat pada hasil kuesioner mengenai makanan kesukaan anak, 52 dari 70 anak menyukai makanan atau minuman manis.

Oleh sebab itu, perlunya ibu untuk mencari tahu apa saja penyebab *picky eater* pada anak melalui pendekatan yang tepat sesuai dengan anaknya (Hardianti et al., 2018), karena interaksi orang tua dan anak juga mempengaruhi perilaku *picky eater* dimana hubungan emosional antara ibu dan anaknya harusnya baik (Utami, 2016). Secara umum, kebutuhan dasar tumbuh kembang anak dibagi menjadi tiga, yaitu kebutuhan stimulasi mental (*asah*), kebutuhan emosi atau kasih sayang (*asih*), dan kebutuhan fisik (*asuh*) (Senja et al., 2021). Untuk memenuhi kebutuhan dasar tersebut, tentunya memerlukan pola pengasuhan yang tepat. Penelitian yang menggunakan teori PAR (*Parental Acceptance Rejection Theory*) juga menyimpulkan bahwa baiknya pola asuh orang tua akan berpengaruh terhadap perkembangan emosi anak, perilaku anak, sosial kognitif, serta kesehatan psikologi anak (Subagia, 2021).

Secara garis besar pola pengasuhan orang tua menurut Hurlock, Hardy dan Heyes dalam (Tridhonanto & Agency, 2014: 11-12) dibedakan menjadi tiga, yaitu otoriter, demokratis, dan permisif. Orang tua dengan pola asuh otoriter sering kali memaksakan anaknya untuk selalu mengikuti perintahnya serta membantah termasuk memaksakan anak untuk mau makan dengan memberikan ancaman hukuman. Orang tua dengan pola pengasuhan demokratis, memberikan kebebasan pada anak untuk berpendapat dan menentukan masa depannya sendiri dengan bimbingan serta arahnya, tetapi tidak kaku. Pola asuh permisif, orang tua memberi kebebasan terhadap pilihan anak tanpa adanya kontrol maupun bimbingan orang tua. Salah satu contohnya seperti membolehkan anaknya untuk jajan sembarangan di luar rumah.

Dari ketiga pola asuh tersebut, pola asuh otoriter menggunakan praktik pemberian makan *non-responsive feeding* yang mana dapat menimbulkan perilaku *picky eating* pada anak (Lukitasari, 2020) dan pola asuh permisif juga dapat menyebabkan anak menjadi *picky eater*, sedangkan pola asuh demokratis yang dibersamai dengan perilaku makan orang tua yang baik tidak menyebabkan anak menjadi rewel atau *picky eater*, sehingga orang tua diharapkan untuk menerapkan pola asuh demokratis dan menerapkan perilaku makan yang baik (Ariyanti et al., 2023).

Pola asuh demokratis juga cenderung menggunakan praktik pemberian makan responsif atau *responsive feeding*, yaitu adanya hubungan timbal balik antara orang tua dan anak dengan komunikasi secara verbal (lisan) maupun non verbal (bahasa tubuh) terkait perasaan lapar dan kenyang yang diikuti tanggapan dari orang tua sehingga dapat meningkatkan penerimaan makanan dan kemampuan *self-feeding* pada anak atau melatih kemandirian makan anak. Dalam praktik *responsive feeding*, terdapat lima prinsip penting yang diterapkan yaitu, menyuapi anak secara langsung atau mendampingi anak untuk makan makanannya sendiri, memberikannya makanan secara perlahan, sabar dan terus memotivasi anak untuk makan, tanggap dengan penolakan makan oleh anak, memberikan makan di lingkungan yang kondusif, dan makan adalah saat yang tepat untuk belajar mengasahi anak (Jannah dkk., 2023).

Namun, berbeda halnya dengan hasil penelitian Rufaida dan Lestari (2018) yang mana tidak sejalan dengan Ariyanti dkk. (2023). Mereka mengatakan bahwa tidak adanya hubungan antara pola asuh dengan perilaku *picky eater* pada anak. Orang tua yang menggunakan pola asuh demokratis masih belum juga dapat membuat anak menjadi tidak *picky* terhadap makanan. Hal ini disebabkan karena anak yang memang tidak menyukai makanan yang bervariasi, belum bisa menerima makanan selain yang disukainya serta pola asuh orang tua yang tidak sepenuhnya mendampingi anak sehingga tidak memahami kondisi anak.

Tidak sepenuhnya mengasuh anak ini merupakan sebuah permasalahan yang dapat menimbulkan adanya jarak atau kurangnya *bonding* antara orang tua dengan anak. Orang tua yang fokus pada kariernya terutama ibu, akan menjadikan ibu yang memiliki peran ganda yang mana sebagai ibu dan sebagai wanita karier. Peran ganda ini menjadikan salah satu pemicu munculnya stres saat mengasuh anak (Affrida, 2017). Jika orang tua mengalami stres, lambat laun hubungan dengan anak akan merenggang dan tidak memiliki waktu yang berkualitas. Usia orang tua yang masih muda juga menyebabkan kurangnya pemahaman terhadap kelekatan emosi (Wardani et al., 2023).

Di kehidupan zaman sekarang, kerap kali menjumpai beberapa ibu yang menyuapi anaknya dengan memberikan gawai dan menyuguhkan tontonan baik maupun kurang baik melalui media sosial seperti TikTok hingga YouTube hanya untuk membuat anaknya tenang dan mau untuk disuapi makanan. Dengan memberikan gawai terlalu sering, dapat menimbulkan ketergantungan serta tidak membangun kemandirian sejak kecil. Dalam penelitian Jannah dkk. (2023), beberapa ibu juga masih menyuapi anaknya sembari jalan-jalan sehingga tidak membantu anak untuk melatih *self-feeding*-nya. Begitu juga dengan penelitian Nadia R. dan Triana (2018), ibu yang memiliki kesibukan hingga tidak sempat memperhatikan anaknya

dalam perkembangan motorik halus menjadikan anak hanya belajar saat di sekolah dan sering bermain gawai serta menonton TV di rumah.

Hal tersebut dapat berdampak kurangnya memiliki kemampuan motorik halus karena anak tidak dilatih untuk mengasah tangannya dalam menggenggam agar dapat belajar menyuapi dirinya sendiri dengan tepat sedari *toddler* (1-3 tahun) maupun prasekolah karena seharusnya anak usia prasekolah sudah bisa belajar melakukan *self-feeding* melalui pengembangan motorik halus seperti halnya yang dikatakan dalam buku *Stimulasi Kemampuan Motorik Halus Anak Pra Sekolah* oleh Suhartani dkk. (2019) dan dalam buku *Buku Ajar Keperawatan Pediatri Edisi 2 Vol. 1* oleh Kyle dan Carman (2015), mengatakan bahwa anak usia 3 tahun sudah dapat menggerakkan seluruh jari tangannya dengan bebas dan dapat menggenggam alat makan layaknya orang dewasa.

Maka dari itu, kemampuan ibu dalam melakukan stimulasi pada anak menjadi patokan perilaku makan anak. Stimulasi perkembangan makan anak memiliki pengaruh terhadap peningkatan kemampuan makan anak (Wardani et al., 2023). Peran ayah dalam memberikan stimulasi juga akan berdampak baik terhadap perkembangan anak (Nurliza & Rahayuningsih, 2016). Sesuai dengan prinsip kebutuhan dasar *asah*, *asih*, dan *asuh* yang telah dipaparkan sebelumnya, dimana dengan *asah* memberikan aktivitas mengasah dari segi pendidikan hingga pembelajaran agar intelektual dan kepribadian anak berkembang sehingga menjadi anak yang mandiri, sedangkan *asih* dengan memberikan motivasi dan sering berinteraksi dengan anak agar dapat menumbuhkan kepercayaan diri dan *asuh* dengan memberikan sandang (pakaian), pangan (makanan), papan (tempat tinggal) yang layak supaya anak “sehat” dalam perkembangannya (Soenarwo, 2012).

Tidak hanya orang tua saja yang memberikan stimulus agar anak mandiri, percaya diri, dan “sehat” melalui perkembangan dasar, tetapi dibutuhkannya juga kerja sama dengan anak. Anak perlu mengetahui pengetahuan seputar makanan yang bergizi untuk menunjang perkembangannya. Jika ingin mengenalkan tentang makanan bergizi pada anak, orang tua harus membuat anak tertarik terlebih dahulu mengenai topik tersebut atau bahkan mengharapkan anak untuk mau makan makanan yang bergizi. Supaya anak tertarik, orang tua harus menyediakan media yang cocok untuk pengenalannya. Biasanya, anak lebih menggemari bermain sambil belajar daripada hanya mendengarkan guru atau orang lain menjelaskan secara kaku seperti di kelas. Menurut Pandia dkk. (2022), Bermain juga dapat memberikan anak kesempatan untuk memahami lingkungan sekitar, berhubungan dengan orang lain secara sosial, mengekspresikan

dan mengontrol emosi, serta membangun kemampuan simboliknya tanpa adanya beban tujuan akhir yang harus dicapai.

Terkait permainan anak prasekolah, terdapat berbagai macam permainan yang dapat diberikan sebagai pendukung stimulus perkembangan anak diantaranya, bermain pasir, bermain kreasi musik, bernyanyi, bermain peran seperti menjadi dokter, koki atau ibu, dan lain-lain. Beberapa permainan tersebut juga dapat meningkatkan kreativitas pada anak (Pentury et al., 2020). Dalam pengenalan makanan bergizi ke anak prasekolah di era serba digital, dibutuhkannya inovasi permainan agar anak tidak mudah bosan pada permainan standar serta dilengkapi dengan cara bermain yang berbeda. Inovasi dilakukan agar permainan tidak kalah seru dengan permainan maupun tontonan yang ada di gawai. Untuk mencapai hal tersebut, dapat dilakukan melalui salah satu permainan yang cocok yaitu, *board game* yang menggunakan metode Montessori dengan basis *storytelling*.

Board game merupakan permainan yang berupa papan permainan yang memiliki penyesuaian desain dengan jenis permainannya dan dapat menggunakan komponen-komponen (dadu, pion, token dan lain-lain) yang disesuaikan dengan aturan permainannya juga. *Board game* juga memiliki bentuk yang beragam sesuai dengan jenis permainannya. Dalam bermain *board game* terdapat beberapa manfaat bagi anak di antaranya yaitu, menjauhkan anak dari ketergantungan gawai, dapat menjalin hubungan dengan orang tua dalam meningkatkan waktu berkualitas yang mana terlibat langsung pada saat bermain *board game*, mengendalikan emosi, melatih fokus, dan media belajar yang menyenangkan (Mahyuddin, 2023: 89-99). Dari beberapa manfaat tersebut, sama halnya dengan apa yang ingin dicapai dari perancangan *board game* ini. Dalam buku *The Montessori Toddler* oleh Siomon Davies (2022: 83) permainan *board game* juga disarankan sebagai permainan rumah untuk dimainkan anak umur 3 tahun keatas meskipun *board game* termasuk kedalam permainan non-Montessori tetapi tetap dapat menerapkan metode Montessori kedalam permainan tersebut.

Selain melalui belajar sambil bermain, *board game* agar mudah dipahami oleh anak dapat dilakukan melalui adanya cerita sederhana atau *storytelling*. Menurut National Storytelling Network, *Storytelling* merupakan seni interaktif melalui penggambaran bagian maupun visual sebuah cerita dengan kata-kata serta gerakan agar membangun imajinasi audiens (Salsabila & Maureen, 2022). *Storytelling* yang dibawakan dalam permainan, akan membuat anak menggunakan imajinasinya untuk menggambarkan cerita lewat pendongeng, sehingga dapat mengembangkan proses kreatif anak dan menghidupkan aspek intelektual hingga kepekaan, kehalusan berperilaku, emosi, seni, fantasi, dan imajinasi yang mana menggunakan

kemampuan otak kiri dan kanan. Manfaat yang ada pada *storytelling* dalam permainan juga sama halnya dengan manfaat *board game* khususnya pada pengembangan diri anak yaitu, dari segi pengetahuan anak (kognitif), perasaan anak (afektif), penghayatan (konatif), dan sosial anak (Wardiah, 2017).

Metode Montessori merupakan metode yang dibuat oleh seorang dokter anak Dr. Maria Montessori yang terlahir melalui observasinya pada anak keterbelakangan mental dengan melakukan berbagai macam material maupun metode melalui gagasan yang didapat dari penelitiannya hingga berhasil mencapai perkembangan anak normal (Britton, 2022: 3-5). Dr. Maria Montessori juga terlibat dalam pendirian sekolah di San Lorenzo pada tahun 1906 untuk anak prasekolah dengan nama “*Casa dei Bambini*” dalam bahasa Italia yang berarti ‘Rumah untuk Anak-Anak’. Pada sekolah tersebut Montessori percaya akan dapat memperbaiki keterampilan jika diterapkan pada anak normal. Dalam sekolah tersebut juga terdapat anak dengan latar belakang sering diabaikan oleh orang tuanya sehingga kurang mendapatkan stimulasi. Namun, setelah menjalani pendidikan Montessori, mereka sukses berprestasi dan menjadi pembelajar mandiri. Penerapan metode Montessori masih berlanjut di Amerika Serikat pada awal 1990 dan telah berdiri lebih dari 4000 sekolah Montessori. Begitu pula di Inggris, perkembangan Montessori semakin pesat hingga terdapat organisasi The Montessori Accreditation Council For Teacher Education (Dewan Akreditasi Montessori untuk Pendidikan Guru) (Britton, 2022: 5-10). Montessori ini juga telah tersebar di Indonesia dalam bentuk sekolah PAUD atau TK hingga pelatihan untuk guru Montessori maupun orang tua yang ingin menerapkan metode Montessori di rumahnya. Salah satu sekolah pelatihan yang telah ada di Indonesia yaitu Sunshine Montessori Teacher’s Program yang telah berdiri selama 18 tahun sejak 2005 di Jakarta dan salah satu TK Montessori yang ada yaitu Sunshine Preschool yang telah berdiri sejak 1992.

Dalam pendidikan Montessori terdapat hubungan dinamis antara anak, orang tua atau orang dewasa, dan lingkungan yang mana pembelajaran Montessori mencakup pembelajaran secara visual, aural, kinestetis (melalui sentuhan), dan verbal sehingga menarik untuk anak-anak. Anak memegang kendali pembelajarannya sendiri yang nantinya didukung oleh orang tua dan lingkungan. Materi yang diberikan mulai dari yang termudah sesuai dengan umurnya sampai yang tersulit sulit bagi anak. Jika dirasa anak sudah menguasai materi dengan level mudah, maka orang tua akan membimbing ke materi berikutnya dengan level lebih tinggi. Aktivitas Montessori terdiri atas koordinasi mata-tangan, musik dan gerak tubuh, kegiatan sehari-hari, seni dan kerajinan, dan bahasa (Davies, 2022: 15, 259).

Dengan permasalahan yang ada, maka penulis melakukan perancangan *board game* kreasi bento sebagai media edukasi pengenalan makanan bergizi untuk anak 3-6 tahun dengan metode Montessori berbasis *storytelling*. Bento merupakan makanan yang disajikan di dalam kotak bekal yang diatur dengan rapi dan menarik. Bento berasal dari Jepang yang mulai dikenal pada tahun 1200-an dan terus berkembang hingga tahun 1980. Kini bento telah populer di beberapa negara termasuk Indonesia dengan tipe *Kyaraben* bento atau *Charaben* (karakter bento). Jenis bento ini memiliki bentuk yang lucu dan penataan yang cantik sehingga dipilih untuk anak-anak sebagai bekal sekolah agar dapat mencegah perilaku *picky eater* pada anak dengan semakin meningkatkan selera makan anak tersebut. Selain terlihat menarik, bento juga dapat meminimalisir anak untuk ingin jajan sembarangan (Hidayati, 2011).

Aktivitas Montessori yang digunakan hanya meliputi pada koordinasi mata-tangan (aktivitas menempatkan objek) yang dibuat mirip dengan aktivitas sehari-hari dalam proses pembuatan bento. Proses pembuatan bento meliputi proses pengambilan bahan masakan, memasak, hingga menata bento tersebut sehingga anak dapat menghargai makanan yang telah diberikan orang tuanya. *Board game* ini juga dirancang agar dapat mencegah perilaku *picky eater* pada anak prasekolah yang memiliki *bonding* rendah dengan orang tuanya. Dengan adanya perancangan yang dibuat, diharapkan orang tua dapat membangun *bonding* atau kedekatan dengan anak yang masih memiliki pola asuh kurang baik atau belum menerapkan pola asuh baik dengan serius. Selain itu, dapat menambah wawasan anak mengenai variasi makanan sehat dan dapat meningkatkan kemampuan motorik halus pada anak dalam menggenggam sehingga anak dapat menerapkan *self-feeding*, serta bermain *board game* ini juga dapat meningkatkan kreativitas anak. Menurut guru di TK Albata Islamic Montessori School, Dinda Rudzikzani mengatakan bahwa, membuat anak mau makan makanan bergizi tidak cukup hanya dengan mengenalkannya melalui *board game* saja, karena *board game* tidak mengenalkan makanan secara nyata sehingga anak masih dalam tahap tertarik dan belum sampai mau memakannya. Jadi, perancangan ini akan dilengkapi dengan media pendukung dalam bentuk buku panduan untuk orang tua yang berisi seputar aktivitas yang dapat dilakukan secara konkret yang berbasis metode Montessori.

1.2 Identifikasi Masalah

Permasalahan yang sedang terjadi adalah:

1. Terdapat faktor eksternal dari orang tua berdasarkan ulasan 13 artikel oleh Astuti dkk. (2023), yaitu meliputi pekerjaan ibu, kebiasaan makan orang tua, dan keterlambatan dalam memperkenalkan makanan. Anak yang mengalami hal tersebut dapat berisiko tinggi terkena malnutrisi seiring dengan bertambahnya usia (Asih & Mugiati, 2018).
2. Salah satu dampak *picky eater* pada kasus kekurangan gizi yakni *wasting* (kurus berdasarkan usia), Indonesia merupakan negara dengan jumlah beban kasus balita *wasting* tertinggi kedua dengan lebih dari 760.000 kasus balita gizi buruk (UNICEF, 2023).
3. Pada penelitian Lestari dkk. (2019), *picky eater* dikatakan memiliki kebiasaan mengonsumsi karbohidrat yang cenderung manis seperti coklat, permen dan susu kemasan yang mana untuk kedepannya dapat menimbulkan risiko penyakit jika dalam jangka waktu yang lama dan ekstrim dapat menyebabkan anak menjadi obesitas (Asmawan, komunikasi pribadi, 14 Desember 2023).
4. Pada penelitian Ariyanti dkk. (2023), orang tua yang menggunakan pola asuh demokratis masih belum juga dapat membuat anak menjadi tidak *picky* terhadap makanan. Hal ini disebabkan karena anak yang memang tidak menyukai makanan yang bervariasi, belum bisa menerima makanan selain yang disukainya serta pola asuh orang tua yang tidak sepenuhnya mendampingi anak sehingga tidak memahami kondisi anak.
5. Dalam penelitian Jannah dkk. (2023), beberapa ibu juga masih menyuapi anaknya sembari jalan-jalan sehingga tidak membantu anak untuk melatih *self-feeding*-nya. Begitu juga dengan penelitian Nadia R. dan Triana (2018), ibu yang memiliki kesibukan hingga tidak sempat memperhatikan anaknya dalam perkembangan motorik halus menjadikan anak hanya belajar saat di sekolah dan sering bermain gawai serta menonton TV di rumah.
6. Belum adanya media edukasi yang menarik dengan menggunakan metode Montessori dan juga berbasis *storytelling* sebagai upaya pencegahan perilaku *picky eater* pada permasalahan kurangnya *bonding* dengan orang tua dan kurangnya kemampuan motorik halus.

1.3 Rumusan Masalah

Dari identifikasi masalah yang telah ditetapkan, maka untuk rumusan masalah yaitu, bagaimana cara merancang *board game* edukatif kreasi bento dengan pengenalan kelompok makanan bergizi sebagai upaya pencegahan perilaku *picky eater* pada anak prasekolah dengan metode Montessori yang berbasis *storytelling*?

1.4 Batasan Masalah

Dalam perancangan ini memiliki batasan-batasan masalah, meliputi:

1. Dalam perancangan ini hanya membahas tentang pengenalan kelompok makanan bergizi pada anak prasekolah melalui kreasi bento.
2. Pengenalan kelompok makanan bergizi yang dibahas dalam perancangan ini hanya mencakup kelompok gizi makanan pokok, lauk-pauk, sayur-sayuran, dan buah-buahan.
3. *Output* perancangan ini dalam bentuk *board game* edukatif sebagai media pembelajaran pengenalan kelompok makanan bergizi melalui kreasi bento yang berbasis *storytelling* untuk anak prasekolah dengan metode Montessori yang meliputi kemampuan motorik halus pada koordinasi mata-tangan (aktivitas menempatkan objek).

1.5 Tujuan Perancangan

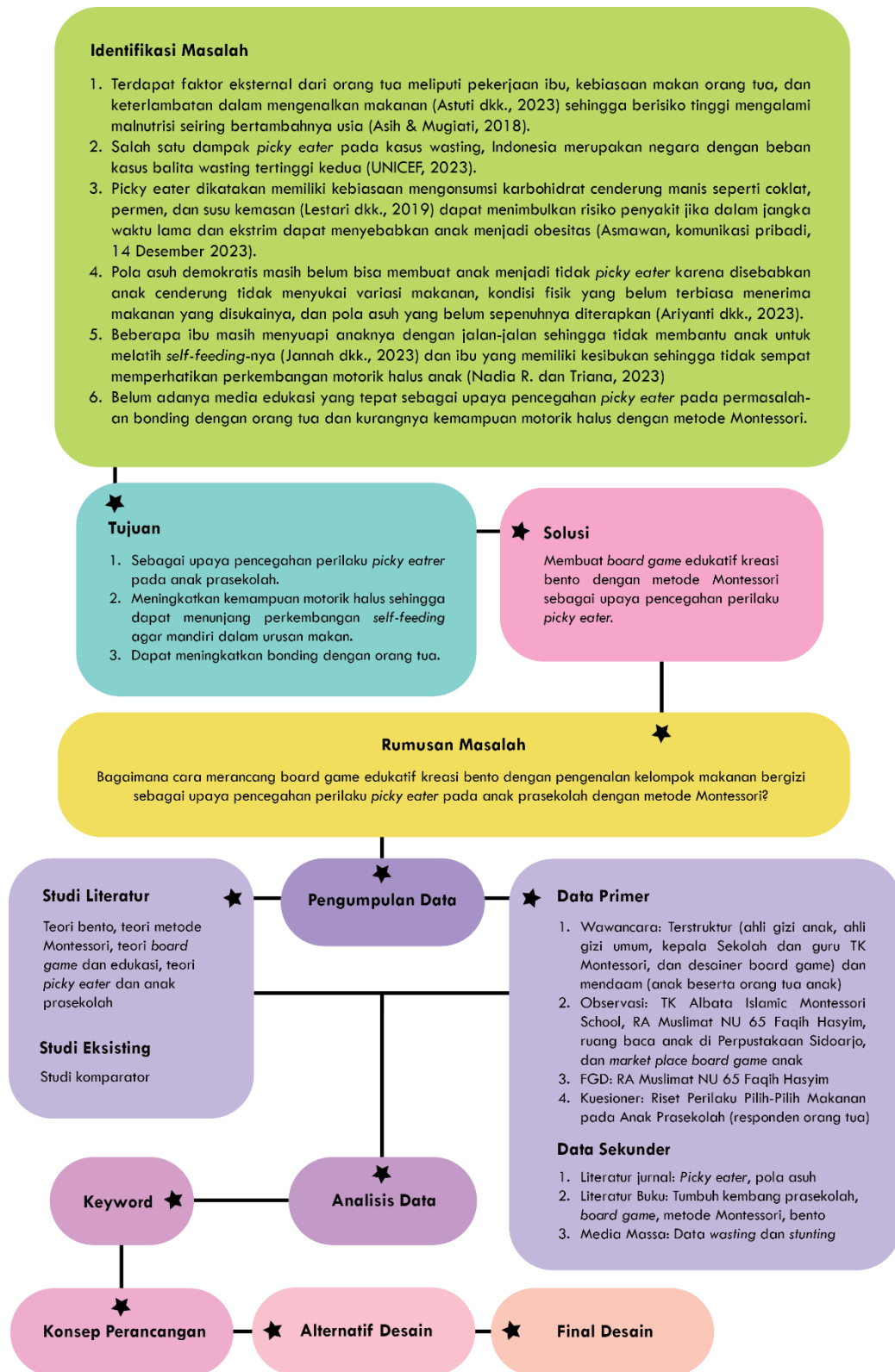
Tujuan yang ingin dicapai dalam perancangan ini yaitu, untuk merancang *board game* edukatif kreasi bento dengan metode Montessori melalui pengenalan kelompok makanan bergizi sebagai upaya pencegahan perilaku *picky eater* pada anak prasekolah agar anak tertarik makan makanan bergizi. Selain itu, meningkatkan kemampuan motorik halus sehingga dapat menunjang perkembangan *self-feeding* agar mandiri dalam urusan makan dan juga dapat meningkatkan *bonding* dengan orang tua.

1.6 Manfaat Perancangan

Melalui perancangan ini diharapkan memiliki beberapa manfaat seperti:

1. Untuk masyarakat, dapat memberikan edukasi yang dibersamai dengan bermain mengenai pengenalan kelompok makanan bergizi melalui kreasi bento, meningkatkan kemampuan motorik halus pada anak serta membangkitkan kesadaran orang tua terhadap pentingnya memiliki *bonding* yang kuat dengan anak.
2. Untuk program studi Desain Komunikasi Visual, dapat menjadi kajian dalam penulisan maupun perancangan yang sejenis dikemudian hari.
3. Untuk para akademisi atau mahasiswa, dapat digunakan sebagai sumber literatur dalam penerapan teori Montessori.

1.7 Kerangka Perancangan



Gambar 1.1 Kerangka Perancangan, 2023

(Sumber: dokumen pribadi)