



## Pola Asuh Orang Tua Terhadap Anak Berkelainan Pola Makan (Studi Penelitian Di Tk Nurul Ishaq Kecamatan Cisayong Kabupaten Tasikmalaya)

Sopiatul Pahiroh, Indrawati Noor Kamila, Soni Samsu Rizal  
Universitas Islam Darussalam; agiltehviva@gmail.com, indrawatinoorkamila27591@uid.ac.id, sonisamsurizal@uidc.ac.id

### Abstract

Orang tua memiliki peran yang sangat penting terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak. Namun masih banyak orang tua yang terlalu sibuk dengan kepentingannya sehingga membuat perannya sebagai orang tua terlalaikan. Kesibukan orang tua ini menyebabkan kurangnya perhatian terhadap anak, salah satunya yaitu kurang memperhatikan pola makan anak. Penelitian ini menginvestigasi hubungan antara pola asuh orang tua dengan kelainan pola makan pada anak usia dini. Studi kasus kualitatif deskriptif dilakukan pada Nusawangik, Cisayong, Tasikmalaya. A menunjukkan kelainan pola makan yang signifikan, di mana ia sepenuhnya menolak makanan pokok seperti nasi, sayur, lauk pauk, dan buah-buahan, serta hanya mengonsumsi makanan ringan dan jajanan. Metode pengumpulan data meliputi wawancara mendalam dengan orang tua dan nenek A, observasi langsung terhadap kebiasaan makan anak, dan analisis lembar penilaian pola asuh. Hasil analisis menunjukkan bahwa pola asuh yang diterapkan oleh orang tua A adalah pola asuh permisif. Ciri-ciri pola asuh ini minimnya aturan yang tegas, pengawasan yang longgar, dan kecenderungan untuk membebaskan anak sepenuhnya terbukti menjadi faktor penyebab utama di balik kondisi A. Orang tua A, karena kesibukan kerja dan keyakinan untuk tidak memaksa anak, membiarkan A mengonsumsi makanan yang disukainya, yang umumnya tidak memiliki nilai gizi. Kurangnya stimulasi dan pembiasaan sejak dini terhadap makanan sehat juga diperburuk oleh pengaruh kakaknya yang lebih tua, yang memperkenalkan A pada jajanan warung. Keadaan ini menunjukkan bahwa lingkungan keluarga dan pola asuh yang tidak terstruktur berdampak langsung pada kebiasaan makan anak. Temuan ini menyoroti perlunya orang tua untuk lebih peduli dan proaktif dalam membentuk pola makan anak sejak dini, karena kebiasaan yang tidak sehat dapat mengarah pada masalah gizi dan kesehatan jangka panjang. Studi ini merekomendasikan intervensi pendidikan bagi orang tua mengenai pentingnya gizi seimbang dan penerapan pola asuh yang lebih terarah untuk mendukung tumbuh kembang anak secara optimal

### Keywords

Pola Asuh, Pola Makan, Anak Usia dini, Permisif, Gizi

## 1. INTRODUCTION

Orang tua merupakan salah satu faktor penting dalam mengambil peran yang sangat besar terhadap perkembangan anak. Orang tua memiliki peran sebagai pendidik dan penanggung jawab utama bagi anak-anaknya karena masa pertumbuhan awal anak lebih banyak dihabiskan dalam lingkungan keluarga (Hasbi,



2012). Segala bentuk perilaku orang tua baik lisan maupun perbuatan seperti yang bersifat pengasuhan, pengajaran, kebiasaan yang diterapkan dalam lingkungan keluarga akan berpengaruh terhadap perkembangan anak selanjutnya (Hasbi, 2012). Dalam hal ini untuk menunjang perkembangan anak maka pola asuh orang tua yang diterapkan sangat berperan penting.

Pola asuh orang tua merupakan interaksi antara anak dan orang tua melalui kegiatan pengasuhan seperti menjaga, merawat, mendidik dan membimbing supaya anak dapat hidup mandiri (Hasanah, 2016). Menurut (Karaki et al., 2016) pola asuh orang tua merupakan salah satu faktor penting yang akan berpengaruh terhadap pembentukan karakter anak. Hal ini juga sejalan dengan pendapat (Rakhmawati, 2015) bahwa pola asuh yang sesuai merupakan faktor keberhasilan dalam menentukan hasil yang baik bagi anak pada tahun-tahun awal kehidupan dan selanjutnya. Namun pada kenyataannya masih banyak orang tua yang terlalu sibuk dengan kepentingannya sehingga membuat perannya sebagai orang tua terlalaikan. Kesibukan orang tua ini menyebabkan kurangnya perhatian terhadap anak, salah satunya yaitu kurang memperhatikan pola makan anaknya.

Pola makan adalah berbagai informasi yang memberikan gambaran mengenai macam dan jumlah bahan makanan yang dimakan setiap hari oleh satu orang dan merupakan ciri khas untuk suatu kelompok masyarakat tertentu. Pola makan ini dipengaruhi beberapa hal, antara lain adalah kebiasaan, kesenangan, budaya, agama, taraf ekonomi, lingkungan alam dan sebagainya (Sambo et al., 2020). Pola makan merupakan suatu cara mengatur jenis ataupun jumlah makanan yang sesuai dengan proporsi kebutuhan tubuhnya yang berguna untuk mempertahankan kesehatan, kebutuhan nutrisi, dan mencegah terjadinya penyakit (Kantja, 2015). Pola makan dapat juga diartikan sebagai bagian dari pola pengasuhan khusus selama waktu makan (Shloim et al., 2015) yang berdampak pada kebiasaan makan anak dan juga pola makan orang tua dapat berdampak dalam menentukan banyaknya makanan yang dikonsumsi oleh anak-anak (Lipowska et al., 2018). Dalam hal ini kebiasaan mengkonsumsi makanan sehat dan bergizi sejak dini penting dilakukan karena dapat mengoptimalkan aspek perkembangan fisik dan kognitif anak sehingga berdampak pada kesehatan di usia berikutnya (Kastorini et al., 2019). Kegiatan makan tidak hanya berguna untuk memenuhi kebutuhan energi dalam tubuh saja, melainkan berfungsi juga sebagai kegiatan dalam melatih kemandirian anak serta interaksi antara anak dengan orang tua maupun keluarga (Harlistyarintica & Fauziah, 2020). Jika pola makan anak tidak tercapai dengan baik maka pertumbuhan dan perkembangan akan terhambat (Sambo et al., 2020). Hal ini sejalan dengan pendapat (Kastorini et al., 2019)

yang menyatakan bahwa pola makan yang kurang tepat dapat menyebabkan kegemukan, keparahan penyakit dan gangguan kecerdasan intelektual.

Pola makan yang salah pada anak prasekolah ternyata bisa berasal dari kebiasaan orang tua atau pengasuhnya. Pengasuhan keluarga merupakan faktor yang sangat erat kaitannya dengan pertumbuhan dan perkembangan anak berusia di bawah lima tahun. Masa anak usia 3-5 tahun (balita) masa dimana anak sudah mulai memilih sendiri makanan yang disenangi dan sudah mulai menyukai makanan di luar rumah dari pada makanan di rumah (Afrinis et al., 2021). Oleh sebab itu dapat mengakibatkan terjadinya beberapa gejala pada tubuh anak diantaranya kurangnya asupan karbohidrat, protein, dan zat lemak yang menyebabkan tubuh akan menjadi lemah. Asupan makanan yang kurang dengan kebutuhan tubuh dapat mengganggu penyerapan asupan gizi. Kekurangan gizi dapat mengakibatkan penurunan fungsi otak, kurangnya berat badan, dan meningkatkan resiko penyakit infeksi (Harlistyarintica & Fauziah, 2020).

Studi literatur menunjukkan bahwa pola asuh memiliki hubungan signifikan dengan kebiasaan makan anak (Ursula A, Zeina, Philip, 2016). Pola asuh yang diterapkan orang tua, baik itu otoriter, demokratis, maupun permisif, akan memengaruhi bagaimana anak memandang makanan dan menginternalisasi kebiasaan makan. Keberhasilan dalam menanamkan pola makan sehat sejak dini sangat bergantung pada konsistensi dan pemahaman orang tua mengenai nutrisi yang dibutuhkan anak.

Fenomena kelainan pola makan pada anak usia enam tahun berinisial A di Kampung Cinusa, Desa Nusawangi, Kecamatan Cisayong, Kabupaten Tasikmalaya menjadi fokus utama penelitian ini. Sejak usia dua tahun, A hanya mengonsumsi jajanan dan makanan ringan, serta menolak keras makanan pokok yang bernutrisi. Kondisi ini telah berlangsung selama empat tahun dan menimbulkan kekhawatiran besar akan dampak jangka panjang pada kesehatan dan perkembangannya.

Penelitian ini bertujuan untuk menjawab pertanyaan mendasar: bagaimana pola asuh orang tua A mempengaruhi kelainan pola makannya? Jawaban dari pertanyaan ini akan menguraikan keterkaitan langsung antara gaya pengasuhan orang tua yang cenderung permisif dengan kebiasaan makan yang tidak sehat pada anak. Akhirnya, penelitian ini menawarkan solusi berupa rekomendasi intervensi bagi orang tua untuk membentuk kebiasaan makan yang lebih sehat, sehingga anak dapat memperoleh nutrisi yang dibutuhkan untuk tumbuh kembang optimal.

## **METHOD**

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif dengan pendekatan

studi kasus. Metode ini dipilih karena memungkinkan peneliti untuk mendeskripsikan dan menganalisis secara mendalam fenomena unik yang terjadi pada subjek penelitian. Studi kasus dilakukan untuk menghimpun dan menganalisis data mengenai satu kasus spesifik, yaitu pola asuh orang tua terhadap anak yang memiliki kelainan pola makan. Partisipan dan Tempat Penelitian: Partisipan utama adalah anak laki-laki berinisial A, berusia 6 tahun, siswa TK Nurul Ishaq. Partisipan pendukung adalah orang tua, nenek, dan guru A. Penelitian ini dilaksanakan di Kp. Cinusa, Desa Mekarwangi, Kecamatan Cisayong, Kabupaten Tasikmalaya.

## RESULT DAN DISCUSSION

Pola asuh orang tua yaitu cara atau upaya yang dilakukan orang tua dalam merawat, membimbing dan membesarkan anak melalui cara yang berbeda-beda. Penerapan pola asuh kepada anaknya memiliki tujuan untuk membentuk pribadi anak yang dianggap ideal atau tepat bagi orang tua. Hal ini sejalan dengan pendapat (Karaki et al., 2016) yang menyatakan bahwa pola asuh orang tua merupakan salah satu faktor penting yang akan berpengaruh terhadap pembentukan karakter anak.

Orang tua mempunyai peranan dan fungsi yang beragam salah satunya yaitu sebagai pengasuh anak. Pola asuh orang tua dalam penelitian ini yaitu pola asuh otoriter, demokratis, dan permisif. Hasil analisis data penelitian yang dilakukan pada 30 responden di TK Nurul Ishaq Desa Nusawangi Kecamatan Cisayong Kabupaten Tasikmalaya menunjukkan bahwa sebagian besar pola asuh orang tua menerapkan pola asuh demokratis yaitu sebanyak 19 responden sedangkan penerapan pola asuh orang tua yang paling sedikit yaitu pola asuh permisif dengan 3 responden. Untuk pola asuh otoriter terdapat 8 responden. Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Ikhwan, 2017) tentang hubungan pola asuh orang tua dengan perilaku sulit makan pada anak prasekolah yang menyebutkan bahwa mayoritas responden yang merupakan orang tua dari anak prasekolah menerapkan pola asuh demokratis, kemudian disusul pola asuh otoriter dan yang terakhir pola asuh permisif.

Kelainan pola makan yang dialami A adalah cerminan langsung dari pola asuh permisif yang diterapkan oleh orang tuanya. Pola asuh ini memiliki beberapa karakteristik yang secara spesifik berkontribusi pada masalah yang ada:

- Minimnya Aturan dan Batasan yang Tegas: Orang tua A membebaskan anak sepenuhnya untuk memilih makanan yang ia inginkan. Mereka tidak menetapkan

aturan makan yang ketat atau jadwal makan yang teratur. Kebebasan ini, alih-alih memberdayakan, justru membingungkan anak dan tidak memberinya panduan untuk membuat pilihan yang sehat.

- **Kurangnya Pengawasan dan Keterlibatan:** Kesibukan orang tua membuat waktu interaksi mereka dengan anak, terutama terkait pola makan, menjadi sangat terbatas. A lebih banyak menghabiskan waktu dengan neneknya, yang juga cenderung menuruti kemauannya. Akibatnya, A tidak mendapatkan bimbingan yang konsisten dan pemahaman tentang pentingnya nutrisi.

- **Pemenuhan Keinginan, Bukan Kebutuhan:** Orang tua A, karena didasari kasih sayang yang besar, selalu memenuhi keinginan anak untuk membeli jajanan. Mereka menyediakan uang saku dan cemilan agar perut A tidak kosong, alih-alih berfokus pada pemberian makanan yang bernutrisi. Tindakan ini memfasilitasi dan mengabadikan kebiasaan makan yang tidak sehat.

- **Pengaruh Lingkungan dan Pengalaman Awal:** Pola makan tidak sehat A dimulai sejak ia meniru kakaknya yang lebih tua. Kurangnya intervensi dini dari orang tua pada periode kritis pembentukan kebiasaan makan, membuat kebiasaan buruk ini melekat kuat. Hal ini sesuai dengan temuan (Ursula A, Zeina, Philip, 2016) yang menunjukkan bahwa pola asuh berpengaruh signifikan terhadap kebiasaan makan anak

## CONCLUSION

Kelainan pola makan yang dialami oleh anak A disebabkan oleh pola asuh permisif yang diterapkan oleh orang tuanya. Pola asuh ini, yang ditandai dengan kurangnya batasan, pengawasan, dan bimbingan yang konsisten, membuat A tidak pernah terbiasa mengonsumsi makanan yang bernutrisi sejak usia dini. Kesibukan orang tua dan transfer tanggung jawab kepada nenek A juga memperburuk kondisi ini. Temuan penelitian ini menggarisbawahi pentingnya peran aktif orang tua sebagai pendidik utama dalam membentuk kebiasaan makan yang sehat. Untuk mengatasi masalah serupa, orang tua perlu menerapkan pola asuh yang lebih terarah dan berkomitmen, seperti pola asuh demokratis, yang menyeimbangkan antara kasih sayang, batasan, dan bimbingan yang tegas demi tercapainya tumbuh kembang anak yang optimal dan berkelanjutan.

## REFERENCES

- Afrinis, N., Indrawati, I., & Raudah, R. (2021). Hubungan Pengetahuan Ibu, Pola Makan dan Penyakit Infeksi Anak dengan Status Gizi Anak Prasekolah. *Aulad: 4*(3).
- Ahmad, K. A., & Lisa Safira, T. F. (2022). Hubungan Pola Asuh nutrisi dengan kejadian. *Sari Pediatri, 24*(2), 91–98.
- Depkes RI. (2009). *Pedoman Gizi Seimbang*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Erwin. (2015). *Aspek Perkembangan Anak*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Hasbi, M. (2012). *Pola Asuh Orang Tua dan Perkembangan Karakter Anak*.
- Kantja, N. (2015). *Pengaruh Pola Makan Terhadap Kesehatan Tubuh*.
- Karaki, L., El-Khoury, R. J., & Riman, J. (2016). *Parenting Styles and their Effect on Child Development*.
- Kartaspoetra, R. G., & Marsetyo. (2012). *Ilmu Gizi*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Kastorini, A., Sari, R. M., & Setiawan, A. (2019). *Pengaruh Pola Makan Sehat terhadap Perkembangan Kognitif Anak Usia Sekolah*.
- Lipowska, M., Baczevska, K., & Lipowski, M. (2018). *Parental Eating Habits and Their Children's Food Preferences: A Family-Based Study*.
- Rakhmawati, N. (2015). *Pola Asuh Orang Tua dan Hubungannya dengan Prestasi Belajar Anak*.
- Sambo, N., Alwi, R., & Syamsiah, S. (2020). *Hubungan Pola Makan dengan Status Gizi pada Anak Usia Prasekolah*.
- Shloim, N., Edelson, L. R., Martin, N., & Hetherington, M. M. (2015). *Parenting Styles and Practices in Relation to Child Feeding and Eating*.
- Sulistyoningsih. (2011). *Gizi untuk Anak*. Jakarta: EGC.
- Ursula A, Zeina, & Philip. (2016). *The Impact of Different Parenting Styles on Children's Eating Habits: A Systematic Review*.
- Ursula, A., Zeina, Philip. (2016)..
-

