



Hak cipta dan penggunaan kembali:

Lisensi ini mengizinkan setiap orang untuk menggubah, memperbaiki, dan membuat ciptaan turunan bukan untuk kepentingan komersial, selama anda mencantumkan nama penulis dan melisensikan ciptaan turunan dengan syarat yang serupa dengan ciptaan asli.

Copyright and reuse:

This license lets you remix, tweak, and build upon work non-commercially, as long as you credit the origin creator and license it on your new creations under the identical terms.

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Anak-anak adalah generasi penerus bangsa yang harus dijaga dan dididik sejak masa pertumbuhan agar menjadi pribadi yang berkualitas. Dalam masa pertumbuhan, makanan merupakan salah satu faktor yang amat penting. Kandungan gizi yang tepat dalam makanan diperlukan untuk tumbuh-kembang fisik dan otak anak.

Pada umumnya, setiap anak pernah mengalami masa-masa sulit makan pada usia tertentu. Ini bukan berarti mereka menolak makan sama sekali, namun seringkali mereka menjadi rewel atau hanya mau makan jenis makanan tertentu. Sering kali anak-anak menolak makanan yang bergizi dan lebih memilih makanan camilan atau *snack* yang mengandung banyak bahan kimia, kurang kurang terjamin kesehatan maupun kebersihannya, sehingga banyak orang tua yang khawatir perkembangan otak dan fisik anaknya menjadi terganggu.

Hal ini juga didukung artikel sebuah media *online* yang menyatakan bahwa menurut pakar F. Rene van de Carr, M.D. dan Marc Lehrer, Ph.D. bersumber pada buku karangan mereka 'Cara Baru

Mendidik Anak Sejak dalam Kandungan' menyebutkan bahwa di usia batita, anak mungkin akan mengulum atau enggan mengunyah dan menelan makanannya, sementara di usia pra-sekolah anak mungkin hanya mau makan jenis makanan tertentu alias *picky eater*, makan sambil main *game* komputer, *Play Station* atau menonton televisi. Di usia 6-9 tahun anak cenderung memakan jajanan yang berkalori tinggi namun kurang nutrisi atau bahkan tidak bergizi sama sekali. Pada tahapan selanjutnya, yaitu di usia 9-12 tahun, perilaku sulit makan semakin kompleks. Dalam usia ini anak sudah mulai memikirkan penampilan, sehingga walaupun di masa ini nafsu makan anak mulai membaik namun banyak yang khawatir badannya akan membulat, timbul jerawat dan sebagainya.

Banyak faktor yang menjadi penyebab anak sulit makan, baik faktor medis maupun psikologis. Salah satu faktornya adalah anak zaman sekarang seringkali kurang pengetahuan tentang makanan. Ada pepatah tak kenal maka tak sayang, maka anak juga perlu belajar mengenal dan menghargai makanan.

Menurut Dr. Fiastuti Witjaksono, Sp.GK, ahli gizi dari Semanggi Klinik Jakarta, membentuk pola makan sehat untuk anak diperlukan proses yang panjang dan kegigihan orangtua, harus kreatif dalam mengenalkan kebiasaan makan sehat pada anak.¹ Untuk membuat

¹<http://health.kompas.com/read/2011/04/09/10310144/Membentuk.Pola.Makan.Sehat.untuk.Anak>

proses pembelajaran ini tidak membosankan namun menyenangkan, dibutuhkan media pengenalan makanan yang menarik, informatif, *playful* (menyenangkan) dan *touchable* (dapat dipegang atau diraba). Dengan demikian, buku menjadi pilihan media yang dianggap efektif sebagai salah satu sarana pembelajaran dan pengenalan makanan pada anak dalam tugas akhir ini.

1.1.1. Makanan

Makanan yang baik adalah makanan yang serasi, selaras dan seimbang. Serasi artinya sesuai dengan tingkat tumbuh kembang anak. selaras adalah sesuai dengan kondisi ekonomi, sosial-budaya serta agama dari keluarga. Seimbang artinya nilai gizinya harus sesuai dengan kebutuhan berdasarkan usia, dan jenis bahan makanan seperti karbohidrat, protein, vitamin, mineral dan lemak.

Namun demikian, makanan bergizi belum tentu sehat jika tidak dikombinasikan dengan baik. Contohnya, teh merupakan minuman yang sehat dan daging merupakan makanan yang kaya protein dan zat besi yang sangat diperlukan untuk pertumbuhan. Namun minum teh setelah makan daging malah akan menyebabkan kandungan protein dan zat besi dalam makanan sulit dicerna.²

² <http://nasional.kompas.com/read/2008/05/04/14264874/9.jangan.setelah.makan>

1.1.2. Pola Makan yang Baik

Variasi dan kebutuhan makanan pada masing-masing anak berbeda-beda, maka pemberian makanan yang baik harus sesuai dengan jumlah, jenis dan jadwal tertentu. Ketiga hal tersebut harus terpenuhi sesuai usia anak secara keseluruhan, bukan hanya mengutamakan jenis tapi melupakan jumlahnya dan jadwalnya atau sebaliknya memberikan jumlah yang cukup pada waktu yang tepat tapi jenisnya tidak sesuai untuk anak.

Contohnya, sarapan pagi bagi anak usia sekolah sangatlah penting, karena waktu sekolah adalah penuh aktivitas yang membutuhkan energi dan kalori yang cukup besar.

1.1.3. Makanan Jajanan

Pada umumnya kebiasaan yang sering menjadi masalah adalah kebiasaan makan di kantin atau warung di sekitar sekolah dan kebiasaan makan *fast food* yang berlebihan.

Makanan jajanan menyumbang asupan energi bagi anak sekolah sebanyak 36%, protein 29% dan zat besi 52%. Namun demikian, makanan jajanan memiliki risikonya sendiri. Karena kondisi kebersihannya tidak terjamin seperti makanan yang disiapkan di rumah, ada resiko makanan terkena cemaran mikroorganisme sejenis bakteri, contohnya bakteri *Salmonella Paratyphi*. Cemaran

bakteri ini dapat menyebabkan diare, infeksi saluran cerna hingga typhus. Selain itu masih ada bahaya cemaran kimiawi seperti:

- a. Borax pada otak-otak dan bakso ditemukan borax
- b. Formalin pada tahu goreng dan mie kuning basah
- c. Rhodamin B pada sirup merah positif
- d. methanil yellow (pewarna kuning pada tekstil).

Bahan-bahan ini dapat terakumulasi pada tubuh manusia dan bersifat karsinogenik yang dalam jangka panjang menyebabkan penyakit-penyakit seperti antara lain kanker dan tumor pada organ tubuh manusia. Reaksi simpang makanan tertentu bahkan dapat mempengaruhi fungsi otak termasuk gangguan perilaku pada anak sekolah. Gangguan perilaku tersebut meliputi gangguan tidur, gangguan konsentrasi, gangguan emosi, hiperaktif dan memperberat gejala pada penderita autisme.

1.2. Rumusan Masalah

Dalam pembuatan pengenalan makanan anak ini, ada beberapa rumusan masalah yang harus dijawab:

- a. Bagaimana cara yang efektif untuk mengajarkan pentingnya makanan terhadap anak-anak? Efektif berarti mengajarkan anak untuk merasa tertarik dan menghargai makanannya dengan cara yang menyenangkan sehingga apa yang diajarkan lebih tertanam dalam benak anak.

- b. Gaya seperti apa yang efektif dalam pembuatan pengenalan berbagai jenis makan untuk anak-anak?
- c. Media pembelajaran apakah yang efektif untuk anak-anak agar dapat mempelajari, mengenal dan mencintai berbagai jenis makanan?

1.3. Batasan Masalah

Batasan masalah dibatasi pada judul tugas akhir, yakni "Pengenalan Makanan pada Anak Melalui Buku '*Around the Food World*'" dengan tujuan mengenalkan berbagai jenis makanan pada anak menjadikan mereka generasi yang mampu menghargai makanan. Batasan masalah dalam pembuatan pengenalan makan anak ini meliputi:

- a. Target pembaca
 - Target primer pembaca adalah:
 - DEMOGRAFIS
 - Usia: anak (4 hingga 8 tahun)
 - Jenis kelamin: laki-laki dan perempuan
 - Strata Ekonomi-Sosial: A-B
 - Pendidikan: Taman Kanak-kanak, Sekolah Dasar kelas 1 hingga 3.
 - PSIKOGRAFIS
 - Perilaku aktif, indera peraba telah berkembang dengan baik, rasa keingin tahuan besar, dalam tahap

masa pengembangan perilaku negativistik, gemar bermain, biasanya sudah mulai diajari 2 hingga 3 bahasa (bahasa Indonesia, bahasa Inggris dan bahasa Mandarin).

- GEOGRAFIS

- Tempat tinggal di perkotaan (Jakarta dan sekitarnya).

- Target sekunder pembaca adalah:

Seluruh masyarakat Indonesia, masyarakat kota-kota besar lainnya, juga termasuk orang tua.

b. Ragam makanan

Ragam makanan yang dikenalkan adalah 14 jenis makanan khas dari berbagai negara di dunia yaitu *pizza*, *hot dog*, *hamburger*, *crepes*, *muffin*, *croissant*, *dim sum*, *mooncake*, *sushi*, *kebab*, *yogurt*, pempek dan roti canai. Ragam makanan yang ditampilkan dalam buku dipilih dengan beberapa pertimbangan, baik karena cita rasa yang digemari anak-anak, bahan dasarnya yang bermanfaat, maupun nilai historikalnya yang menarik.

c. Gaya ilustrasi

Gaya ilustrasi yang digunakan adalah gambar tangan. Gaya ilustrasi realis digunakan untuk menggambarkan makanan mendekati aslinya tanpa kehilangan daya tarik imajinatifnya. Agar lebih jelas, tiap jenis makanan digambar dari 2 sudut

pandang atau lebih. Setiap makanan dibuat menjadi karakter maskot yang unik dan bersahabat untuk membuat buku ini lebih menarik. Gaya ilustrasi yang digunakan untuk menggambar maskot lebih bersifat kartunis.

Ilustrasi digambar menggunakan pensil warna, *watercolor*, marker, dan drawing pen. Hasil gambar tangan kemudian di-*scan* dan disempurnakan secara *digital*.

d. Gaya Bahasa

Gaya penceritaan yang digunakan dalam buku ini menggunakan bahasa yang sederhana dan mudah dipahami yaitu sebagian besar ditulis dalam bahasa Indonesia namun juga dilengkapi istilah-istilah dapur, judul dan nama makanan dalam bahasa Inggris.

e. Media

Media yang tepat untuk membuat pengenalan ini adalah media buku, sebab dapat disentuh (media buku umumnya berbentuk 3 dimensi), dan dapat dilengkapi dengan permainan yang membuat anak tidak mudah bosan, juga dilengkapi resep masakan sederhana sehingga anak dapat mencoba membuat makanannya dengan bantuan orang tua.

1.4. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah:

1. Mengetahui kebiasaan dan pola makan pada anak.

2. Mengetahui makanan apa saja yang baik dan tidak baik bagi anak, yang disukai dan tidak disukai oleh anak.
3. Mengaplikasikan jenis ilustrasi dan teknik penceritaan yang sesuai bagi anak.

Penelitian dilakukan sehingga dapat menghasilkan sebuah buku pengenalan yang mampu menumbuhkan kecintaan anak terhadap berbagai ragam makanan sehingga mereka juga menghargai makanan mereka.

1.5. Manfaat Penelitian

1. Bagi perkembangan Ilmu Pengetahuan

Menambah keluasan dan kedalaman ilmu pengetahuan, terutama tentang bagaimana mengajak anak-anak menghargai makanan melalui media buku pengenalan makanan.

2. Bagi objek yang diteliti

Makanan akan lebih dihargai oleh anak-anak, sehingga diharapkan mereka tidak lagi sulit makan. Dengan demikian, pertumbuhan anak pun menjadi lebih baik. Buku ini merupakan buku yang dibuat untuk juga dapat dibaca bersama orang tua, maka diharapkan mampu menambah kedekatan anak dan orang tua.

3. Bagi peneliti

- Aplikasi kemampuan merancang visual yang sesuai dengan tema permasalahan penelitian untuk menemukan suatu solusi yang baik, efektif dan efisien.
- Mengasah, mengembangkan, menerapkan improvisasi kemampuan dalam teknik menulis, menggambar ilustrasi anak dan merancang desain.
- Menajamkan sensitivitas akan selera dan kebutuhan masyarakat sekitar, terutama anak usia 4-8 tahun dan orang tuanya, sehingga dapat memenuhinya.
- Menambah karya portfolio.

4. Bagi peneliti berikutnya

Penelitian ini akan memudahkan pembuatan pengenalan makan untuk anak dan hal-hal yang berhubungan makanan atau pola makan anak selanjutnya secara lebih mendalam.

5. Bagi perkembangan Negara pada Umumnya

Makanan adalah hasil budaya negara. Tiap Negara pasti memiliki makanan khas tertentu. Masyarakat yang telah mengenal dan mencintai hasil budaya negaranya juga akan mencintai negaranya. Dengan demikian, akan membantu memajukan dan memelihara rasa nasionalisme terhadap negaranya.

1.6. Hipotesis

1. Cara yang efektif untuk mengajarkan pentingnya berbagai jenis makanan terhadap anak-anak adalah dengan permainan dan praktek. Oleh sebab itu, pengenalan ini dilengkapi dengan permainan sederhana seperti ular tangga, *puzzle*, mewarnai dan sebagainya agar anak tidak merasa bosan.
2. Gaya ilustrasi yang digunakan adalah gambar tangan yang ramah dan imajinatif. Gaya ilustrasi realis digunakan agar anak lebih mudah mengenali makanan aslinya, dan ilustrasi kartunis digunakan untuk menarik perhatian anak. Gaya bahasa yang digunakan menggunakan kalimat-kalimat yang sederhana, dengan jenis *typeface* sans-serif dan ukuran *font* yang besar
3. Media pembelajaran yang tepat untuk anak-anak adalah melalui buku. Buku berbentuk 3 dimensi, dapat disimpan, dipegang, diwarnai, ditulisi dan dibolak-balik sendiri oleh anak, dan memiliki tekstur yang dapat diraba sehingga lebih mudah diingat.

1.7. Metodologi Penelitian

Metode penelitian berupa metode deskriptif kualitatif. Metode penelitian ini bertujuan untuk mengangkat fakta, keadaan, dan juga fenomena-fenomena yang terjadi ketika penelitian berlangsung serta menyajikan apa adanya. Dari metode ini, penelitian akan mendapatkan hasil informasi

yang aktual dan terperinci. Dari informasi tersebut maka masalah akan dapat terdefinisi dan jalan keluar dapat dicari berdasarkan hasil evaluasi dan pengalaman. Metode deskriptif itu sendiri menggambarkan suatu gejala sosial yang terjadi di masyarakat (Maman, 2002: 3).

Sama seperti arti yang sesungguhnya, deskriptif disini juga berarti menggambarkan keadaan suatu obyek penelitian berdasarkan fakta yang ada di lapangan. Metode kualitatif akan memberikan informasi-informasi berdasarkan hasil penelitian dengan metode deskriptif yang dapat digunakan untuk memecahkan masalah. Data-data yang terkumpul dari hasil penelitian ini dapat dilampirkan baik itu berupa foto, video, tulisan, dan lain sebagainya. (Moeloeng, 1998, p.6). Metode penelitian berikut menguraikan antara lain:

1. Populasi dan sampel

Populasi:

Anak-anak Indonesia, multigender.

Sampel:

Anak usia 4-8 tahun yang bertempat tinggal di Jakarta dan sekitarnya, terutama yang sudah bersekolah (TK dan SD kelas 1 dan 2) di sekolah swasta.

2. Pengumpulan data

- Wawancara
- Kuisioner & dokumentasi
- Telaah literatur

- Studi lapangan
3. Analisa data
- Mengambil kesimpulan dari data wawancara, kuisisioner, telaah literatur dan studi lapangan
4. Eksekusi
- Mulai dari tahap pengumpulan data tertulis dan wawancara, analisa, *concepting* gaya buku, tahap desain (meliputi: pembuatan *images* (foto dan ilustrasi), pemilihan *typeface*, *layout*, *print test*, *crafting*, *run test*, *editing*, *testing* tahap 2, *editing* tahap 2, *final testing*, *final editing*, *final production*.

1.8. Keterbatasan Penelitian

Waktu penelitian terbatas, maka penelitian yang dilakukan terbatas pada judul tugas akhir saja, adalah mengumpulkan data selera dan pola makan anak secara umum. Penelitian dilakukan pada anak-anak dengan strata ekonomi sosial A-B, hanya dilakukan di beberapa sekolah sehingga tidak dapat mencakup selera semua anak Indonesia.

1.9. Hambatan Penelitian

- Referensi Penelitian

Kebanyakan buku tentang makanan anak ditujukan untuk bayi, sedangkan buku tentang makanan dan gizi lainnya kebanyakan ditujukan untuk orang dewasa. Masih sedikit yang meneliti soal pola

makan anak usia 4-8 tahun sehingga sulit menemukan referensi tertulis tentang gizi makanan anak dan pola makan yang tepat.

- Waktu Penelitian

Penelitian mulai dilakukan dengan jadwal yang relatif ketat karena sempat mengganti judul tugas akhir. Saat penelitian sudah dapat dilakukan, ternyata jadwalnya bertepatan dengan jadwal sekolah-sekolah untuk melakukan pemadatan kurikulum, kemudian ujian sekolah, liburan Natal menyusul tahun baru, sehingga penelitian terkesan terburu-buru dan tidak mendapat cakupan responden yang maksimal.

1.10. Rencana Kegiatan

Tanggal	Jenis Kegiatan	Sumber / Tempat
8 Juli 2011	Pengumpulan abstraksi TA	E-mail ke Pak Gumelar
19 – 28 Juli 2011	Pembuatan proposal TA	Malaysia
28 – 30 Juli 2011	Additional time / revisi proposal TA	Malaysia
31 Juli / 1 Agustus 2011	Pengumpulan proposal TA	E-mail ke Bu Nuno & Pak Gum
19 September 2011	Sidang proposal TA	Gading Serpong
20 September 2011	Pengumpulan proposal TA ke-2	Gading Serpong
21 September – 15 Oktober 2011	Pengumpulan data, penulisan bab 1 & 2,	Jakarta-Tangerang (studi pustaka, Pencarian data via internet,

	hipotesis dan evaluasi sementara, penentuan media, cerita, gaya gambar, jenis permainan, jenis makanan, pengumpulan sample.	kuisisioner, wawancara narasumber, bimbingan TA, draft awal novel grafis, perisapan prasidang I)
17 - 12 Oktober 2011	Prasidang I bab 1 dan 2	
13 Oktober – 30 November 2011	Analisis data dan evaluasi, bimbingan TA, penyempurnaan bab 2, penulisan bab 3 dan 4, revisi buku, mulai pembuatan buku, persiapan prasidang II	Serpong-Tangerang-Jakarta.
8 Desember 2011	Prasidang II bab 3 dan 4	
9 Desember 2011 – Sidang Akhir	Finishing buku, persiapan sidang akhir	Laporan TA, fisik TA, data-data administratif, <i>print out</i> , dsb.

1.11. Sistematika Penulisan

BAB I : PENDAHULUAN

Bab ini membahas latar belakang dari permasalahan dalam penelitian yang dilakukan oleh penulis. Bab ini juga berisi rumusan masalah, batasan masalah, tujuan dan manfaat penelitian serta metode penelitian

yang berisi tahapan-tahapan yang akan ditempuh untuk mendapatkan data yang cukup sehingga penulis dapat melakukan analisa untuk membuat pengenalan makanan untuk anak.

BAB II : TELAAH LITERATUR

Bab ini memuat teori-teori yang mendasari penelitian. Dasar-dasar teori tersebut bersumber dari studi pustaka. Teori-teori yang didapat kemudian dikumpulkan untuk digunakan sebagai landasan teori yang mendasari penelitian untuk pembuatan pengenalan makanan untuk anak.

BAB III : HASIL PENELITIAN

Bab ini membahas objek- objek penelitian, yaitu target pembaca yang adalah anak usia 4-8 tahun serta buku interaktif itu sendiri. Anak usia 4-8 tahun perlu diteliti psikologi perkembangannya, pola makannya, kebutuhan gizinya, makanan kesukaannya. Seluruh hasil penelitian dipaparkan untuk mendapat metode pembuatan pengenalan makanan yang tepat, atraktif dan mudah diingat untuk anak-anak.

BAB IV: ANALISIS KARYA

Bab ini membahas pengolahan data yang telah diperoleh, pola makan anak. Kebiasaan dan kesukaan anak, hingga proses pembuatan buku pengenalan makanan anak, dan dampaknya terhadap sample pembaca.

BAB V: KESIMPULAN DAN SARAN

Bab ini berisi kesimpulan yang merupakan jawaban atas rumusan masalah di awal bab I. Dalam bab ini penulis menyampaikan saran yang berguna untuk membantu orang tua dalam mengajarkan anak-anaknya menghargai makanan dan membangun pola makan yang baik.

