PENGARUH *PEERS MODELLING* TERHADAP PENINGKATAN KONSUMSI SAYUR PADA ANAK USIA 4-5 TAHUN DI PENDIDIKAN ANAK USIA DINI KASIH IBU PONTIANAK TENGGARA

JULIANI
Program Studi Pendidikan Anak Usia Dini, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Muhammadiyah, Pontianak
Email: Ellywhets@ymail.com

Abstrak :**:** Penelitian kuantitatif ini berlatar belakang pada kurangnya minat konsumsi sayur terutama pada anak-anak usia 4-5 tahun di Pendidikan Anak Usia Dini Kasih Ibu Pontianak Tenggara. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh dari *peers modelling* terhadap peningkatan konsumsi sayur pada anak dan untuk mengetahui sejauh mana pelaksanaan dari *peers modelling* terhadap peningkatan konsumsi sayur pada anak. Penelitian ini menggunakan metode penelitian eksprimen dengan pendekatan kuantitatif. Berdasarkan hasil penelitian ini menunjukkan ada pengaruh *peers modelling* yang signifikan terhadap peningkatan konsumsi sayur pada anak. Hal ini ditunjukkan dari hasil uji–t menunjukan bahwa pengaruh *peers modelling* terhadap peningkatan konsumsi sayur ini meningkat secara signifikan (t hitung= -5,803, df= 12, t tabel= -2,179 dan a= 0,05), dengan demikian Ha diterima dan Ho ditolak.

Kata kunci: Pengaruh *Peers Modelling*, Konsumsi Sayur, Anak Usia 4-5 Tahun

Kelompok teman sebaya merupakan sekumpulan anak-anak atau individu yang berkumpul dan memiliki tingkat usia yang hamper sama serta memiliki kesamaan tujuan.

Data dari hasil observasi awal pada tanggal 11 agustus 2014 pukul 15.30 Wib di PAUD Kasih Ibu Pontianak Tenggara melihat sebagian anak-anak usia 4-5 tahun Di kelas Apel anaknya tidakmenyukaisayur sawi 29%, sayur bayam 37%, sayur kangkung 33%, dan sayur kecambah 46% dan yang menyukai sayur sawi 71%, sayur bayam 63%, sayur kangkung 67% dan sayur kecambah 54%, dari jumlah anak 24 anak dapat dilihat dari salah satu kegiatan makan bersama yang dilakukan oleh guru seperti pada menu mie tiaw goreng yang didalamnya ada sayur sawi hanya 36 % anak yang mau makan sayur dan 64% anak yang tidak suka makan sayur.

Sedangkan hasil wawancara dengan salah satu orang tua murid bahwa anaknya tidak menyukai sayuran menyatakan " Jika ada sedikit saja sayuran masuk kedalam mulut anaknya, reaksi anaknya akan muntah dan tidak mau makan lagi". Lain dengan salah satu orang tua murid, yang anaknya sangat menyukai sayur menyatakan " Setiap hari ibunya membekalinya dengan menu sayur yang berbeda". Dan hasil wawancara dengan guru menyatakan " memang lebih banyak anak yang tidak menyukai sayuran dan anak yang tidak suka makan sayur", Jadi jika dibandingkan terdapat 60% anak yang tidak suka makan sayuran

dan 40% anak yang suka makan sayuran. Berdasarkan data tersebut dapat disimpulkan minat anak dalam mengkonsumsi sayuran di PAUD Kasih Ibu Pontianak Tenggara belum mencapai hasil yang optimal, oleh karena itu sebagai pendidik harus mampu meningkatkan konsumsi sayur pada anak. Selanjutnya berbagai kendala yang ada dikarenakan guru kurang memotivasi anak dalam meningkatkan mengkonsumsi sayur, tehnik yang digunakan guru belum tepat sasaran dan belum optimal.

Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk mencoba menerapkan penelitian dengan judul "Pengaruh Peers Modelling Terhadap Peningkatan Konsumsi Sayur Pada Anak Usia 4-5 Tahun Di Pendidikan Anak Usia Dini Kasih Ibu Pontanak Tenggara." Permasalahan dalam penelitian ini adalah: 1. Bagaimana Pelaksanaan *Peers Modelling* Terhadap Peningkatan Konsumsi SayurPada Anakusia 4-5 tahun Di PAUD Kasih Ibu Pontianak Tenggara? 2. Apakah Ada Pengaruh Dari *Peers Modelling* Terhadap Peningkatan Konsumsi Sayur Pada Anak Usia 4-5 Tahun Di PAUD Kasih Ibu Pontianak Tenggara?

Berdasarkan masalah yang telah dirumuskan dapat disimpulkan secara umum tujuan penelitian ini adalah: 1. Untuk mengetahui tentang pelaksanaandari *peers modelling* terhadap peningkatan konsumsi sayur pada anak usia 4-5 tahun di PAUD Kasih Ibu Pontianak Tenggara. 2. Mengetahui sejauhmana pengaruh dari *peers modelling* terhadap peningkatan konsumsi sayur pada anak usia 4-5 tahun di PAUD Kasih Ibu Pontianak Tenggara.

Menurut Santrock (2007:219) kawan-kawan sebaya (*peers*) adalah anak-anak atau remaja yang memiliki tingkat usia atau tingkat kedewasaan yang sama.

Dalam *modelling* perilaku tidak sekedar akibat dari stimulus atau penguatnya, tetapi sebenarnya dalam diri individu ada proses mental *interna*l. *Modelling* disebut juga *observation learning*, *imitation, atau sosial learning* (Davidoff, 1987). Kesimpulan dari pengertian *peers modelling* yaitu suatu kelompok anak-anak yang memiliki tingkat usia dan ciri-ciri yang sama dan memiliki kesenangan yang sama pula. Dengan adanya model teman sebaya, seorang individu yang sedang berkembang dari fase kanak-kanak menuju dewasa memiliki kesempatan untuk mengembangkan diri mereka.

1. Fungsi teman sebaya atau *peers*

Hartup (1992) mengidentifikasi empat fungsi hubungan teman sebaya, yang mencakup:

a. Hubungan teman sebaya sebagai sumber emosi (*emotional resources*), baik untuk memperoleh rasa senang maupun untuk beradaptasi terhadap stress;

b. Hubungan teman sebaya sebagai sumber kognitif (*cognitive resources*) untuk pemecahan masalah dan perolehan pengetahuan;

c. Hubungan teman sebaya sebagai konteks di mana keterampilan sosial dasar (misalnya keterampilan komunikasi sosial, keterampilan kerjasama dan

keterampilan masuk kelompok) diperoleh atau ditingkatkan; dan

d. Hubungan teman sebaya sebagai landasan untuk terjalinnya bentuk-bentuk hubungan lainnya (misalnya hubungan dengan saudara kandung) yang lebih harmonis. Hubungan teman sebaya yang berfungsi secara harmonis di kalangan anak-anak prasekolah telah terbukti dapat memperhalus hubungan antara anak-anak itu dengan adiknya.

Hartup (1992) mengidentifikasi,

Empat jenis pengajaran antar teman sebaya, yaitu *peer tutoring, cooperative learning, peer collaboration* dan *peer modeling.* P*eer tutoring* adalah transmisi informasi secara didaktik dari satu anak ke anak lain, biasanya dari "ahli" kepada "pemula".*Cooperative learning* adalah cara belajar yang menuntut anak untuk saling berkontribusi dalam pemecahan masalah dan berbagi imbalannya. *Peer collaboration* terjadi bila semua anggota kelompok belajar itu adalah pemula yang bekerjasama untuk menyelesaikan suatu tugas yang tidak dapat dilakukan sendiri-sendiri. *Peers modelling* adalah transmisi informasi melalui peniruan antarteman sebaya.

2. Jenis *Peers Modelling*

Menurut Robbins, ada tiga jenis kelompok sebaya yang mempunyai peranan penting dalam proses sosialisasi yaitu kelompok permainan, gang dan klub.

a. Kelompok permainan (*play group*) terbentuk secara spontan dan merupakan kegiatan khas anak-anak, namun di dalamnya tercermin pula struktur dan proses masyarakat luas, sedang bertujuan kegiatannya untuk melakukan kegiatan untuk melakukan kejahatan, kekerasan, dan perbuatan anti sosial.

b. Klub adalah kelompok sebaya yang bersifat formal dalam artian mempunyai organisasi sosial yang teratur serta dalam bimbingan orang dewasa.

c. Sementara itu klik (*clique*), para anggotanya selalu merencanakan untuk mengerjakan sesuatu secara bersama yang bersifat positif dan tidak menimbulkan konflik sosial.

Konsumsi Sayur

Pengertian Konsumsi sayur

Perilaku makan sehat merupakan perilaku mengonsumsi beberapa variasi kelompok makanan yang direkomendasikan yaitu karbohidrat, buah dan sayur, protein, dan lemak, berlaku secara universal (Ogden, 2010).

Dari uraian diatas peneliti menyimpulkan bahwa Jadi kesimpulan dari konsumsi sayur adalah memakan beraneka ragam jenis sayuran baik berupa sayuran daun, akar, bunga dsb.

Faktor-faktor yang membuat anak sulit makan sayur

Padahal, Kalau ditelusuri sebenarnya sulit makan sayur ini tidak timbul begitu saja.Faktor terbesar adalah pola pengasuhan dan kebiasaan yang diterapkan pada anak, baik yang disengaja ataupun tidak.Jenisnya cukup banyak, diantaranya sebagai berikut:

a. Tidak diperkenalkan sejak dini

Bisa karena biasa.Pepatah yang sering kita dengar.Makan sayur pun demikian, harus dibiasakan sedini mungkin. Proses pengenalannya bisa dimulai sejak anak berada dalam kandungan karena saat itu anak sudah bisa merasakan makanana yang dikonsumsi sang ibu melalui bantuan plasenta. Memperkenalkan sayur pada awal kehidupan sikecil juga bisa dilakukan sejak masa menyusui. Tentu saja hal ini berlaku bila sang ibu juga rajin mengkonsumsi sayur.

b. Cita rasa unik

Jika tidak dibiasakan sejak dini, cita rasa sayur yang unik itu bisa menjadi sesuatu yang asing bagi anak, bahkan dipahami sebagai sesuatu yang "tidak enak". Terutama bila anak sering mengkonsumsi makanan lain yang cita rasanya lebih kuat, seperti biskuit, kue, Cake manis, coklat, mi instan dan bakso.

c. Sayuran Selalu Menjadi Menu Wajib

Banyak anak menjadi tidak suka sayur karena sayur hampir selalu digolongkan dalam daftar menu wajib. Sayur menjadi lauk-pauk sebagai teman makan nasi, bukan sebagai makanan yang bisa dikonsumsi setiap saat anak menginginkannya. Penyajiannya pun sering ala kadarnya saja sehingga anak tidak tertarik dan lebih memilih makanan lainnya.

d. Suasana Dan Penyajiannya Kurang Menarik

Saat waktu makan sikecil tiba, tanpa disadari kita "memaksa" anak untuk berhenti sejenak dari permainnya dan meminta ia bersikap layaknya seperti orang dewasa, yaitu dengan serius melahap isi piringnya. Saat ia kurang berminat, makannya menjadi lamban. Pada saat yang sama, kaena kurang sabar, kita lalu menyuapi dengan paksa, tidak peduli sikecil meronta – ronta. Kita lupa bahwa bermain merupakan dunia yang tidak bisa dipisahkan dari aktivitasnya. Lama-kelamaan, anak merasa bahwa makan merupakan beban dan saat yang tidak menyenangkan.

e. Menu Dibedakan

Demi memenuhi unsur gizi, sering kali kita menyiapkan menu khusus untuk si kecil.Mulai dari jenis makanan sumber karbohidrat, protein, hingga vitamin dan mineral berupa sayur-mayur. Tetapi kenyataanya orang tua lebih sering menyajikan makanan sesuai yang orang tua inginkan, dan belum tentu mengandung sayuran.Tujuan mengkonsumsi makanan pun bergeser dari memenuhi kebutuhan gizi menjadi memenuhi selera lidah.

f. Trauma

Namanya juga anak-anak, segala hal mungkin menjadi pengalaman baru baginya. Pengalaman baru itu direkam dalam memorinya, baik yang menyenangkan maupun yang tidak mungkin saja ada saat-saat yang membuat pengalamannya menjadi kurang menyenangkan. Dalam keadaan semacam ini anak belum bisa menjelaskan penyebabnya dan kita terlalu cepat salah paham, mengira ia menolak makan sayur.

g. Tipe makannya belum kita pahami

Ada anak yang lebih suka makan dalam porsi sedikit-sedikit, tetapi sering, ada juga yang lebih berselera melihat makanan dalam porsi besar.Sebagian anak mungkin makan dalam tempo yang lambat,

sedangkan yang lainnya mampu menghabiskan makanan dalam waktu yang amat singkat. Selain itu, bukan hal mustahil bahwa yang dianggap penolakan sayur sebenarnya merupakan cara anak mengeksplorasinya.

1. Dampak Kurangnya Konsumsi Sayur Pada Anak

Muhilal dan Damayanti (2006) menyebutkan bahwa kurangnya konsumsi buah dan sayur pada anak usia pra sekolah akan menghambat pertumbuhan dan perkembangan anak.

2. Faktor-faktor yang berhubungan dengan konsumsi sayur

Berdasarkan kerangka teori yang dimodifikasi Cullen, et al (2001), Kleep, et al (2005), dan Bere, et al (2007), diketahui bahwa karakteristik individu, keluarga (orang tua), lingkungan memiliki hubungan dengan konsumsi sayur pada anak pra sekolah.

3. Faktor yang mempengaruhi konsumsi pada anak usia sekolah

Menurut Brown (2005), ada 2 faktor yang mempengaruhi pola konsumsi anak yaitu faktor individu dan lingkungan. Faktor individu meliputi pengetahuan gizi dan jenis kelamin.

METODE

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif. Penelitian kuantitatif merupakan suatu metode penelitian yang berdasarkan pada filsafat positivisme, dapat ditemukan dan dikembangkan berbagai ilmu pengetahuan dan teknologi baru serta dalam bentuk angka-angka statistik untuk analisisnya (Sugiyono, 2010: 13).Metode penelitian kuantitatif yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen. Menurut Sugiyono (2012: 72) "metode penelitian eksperimen adalah metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap orang lain dalam kondisi yang terkendali." Variabel penelitian dari judul yang telah dirumuskan oleh peneliti terdiri dari dua variabel yaitu *peers modelling* sebagai variabel X dan konsumsi sayur sebagai variabel Y.

Teknik pengumpulan data dalam sebuah penelitian digunakan untuk memperolah data yang sesuai agar dapat memecahkan masalah yang diteliti.Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik observasi, teknik wawancara dan teknik dokumentasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Hasil olah data SPSS tentang Pengaruh yang signifikan terhadap eningkatan konsumsi sayur pada anak

		Paired Differences					T	Df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	Pre Test - Post Test	-3.385	2.103	.583	-4.656	-2.114	-5.803	12	.000

Berdasarkan data *pre-test* dan*post-test* maka dapat dilakukan perhitungan dengan uji-t melalui program spss 17 dengan hasil *peers modelling* yang dilakukan sebelum dan sesudah perlakuan adalah t

hitung adalah -5,803 sedangkan t tabel N = 12 pada taraf kepercayaan 95%= -2,179 dengan demikian nilai t hitung> t tabel (-5,803> 2,179) dan signifikansi (0,05> 0,046), dengan hasil tersebut berarti terdapat pengaruh *peers modelling* terhadap peningkatan konsumsi sayur anak.

Pembahasan penelitian

Selama penelitian dilakukan delapan kali pertemuan, dimana setiap kali *treatmen* menu sayuran yang dihidangkan berbeda dan saat evaluasi digunakan media gambar sayuran bertujuan untuk mengingatkan anak menu sayuran yang telah dan akan dihidangkan ke esokkan harinya.

Sebelum penelitian dilakukan, peneliti mewawancarai guru di kelas apel tempat yang akan dilaksanaakan penelitian dan mewawancari orang tua murid guna mendapat informasi anak-anak yang menyukai sayuran dan tidak menyukai sayuran. Dari jumlah anak-anak di kelas apel berjumlah 24 anak, di seleksi menjadi 13 anak yang akan dijadikan subjek penelitian dan 11 anak akan dijadikan model teman sebaya dalam peneltian guna untuk meningkatkan konsumsi sayur.

Saat diberi perlakuan, sebelumnya di *setting* dahulu tempat duduk anak-anak dengan diposisikan berselingan antara anak yang menyukai sayuran dan anak tidak menyukai sayuran. Dengan menggunakan tehnik *peers modelling* awalnya anak yang tidak menyukai sayuran cenderung untuk melihat temannya yang suka sayuran akhirnya akan ikut tertarik maka dari itu teman sebaya sangatlah berperan penting.

Menurut Laursen (2005 : 137) menengaskan bahwa teman sebaya merupakan faktor yang sangat berpengaruh terhadap kehidupan pada masa-masa anak-anak maupun remaja. Penegasan Laursen dapat dipahami karena pada kenyataannya remaja dalam masyarakat modern seperti sekarang ini menghabiskan sebagian besar waktunya bersama dengan teman sebaya mereka (Steinberg, 1993 : 154).

Setelah seminggu dilakukan *post-test* peneliti kembali melakukan wawancara ke guru kelas apel dan didapat hasil bahwa ada beberapa anak yang membawa sayuran saat makan bersama. Hal yang sama juga didapat dari hasil wawancara ke orang tua murid bahwa dirumah anaknya sudah mau makan sayuran walaupun tidak sering di bandingkan sebelum diberikan *treatment*.

Menurut Brown (2005), ada 2 faktor yang mempengaruhi pola konsumsi anak yaitu factor individu dan lingkungan. Jadi berdasarkan hasil penelitian yang di dapat diketahui banyak faktor yang mempengaruhi minat anak dalam mengkonsumsi sayur salah satunya teman sebaya dan orang tua.

Pengaruh Dari *Peers Modelling* Terhadap Peningkatan Konsumsi Sayur Pada Anak Usia 4-5 Tahun Di PAUD Kasih Ibu Pontianak Tenggara.

Dari hasil *pre-test* yang dilakukan sebanyak dua kali dengan subjek 13 anak yang tidak menyukai sayuran sawi, sayur bayam, sayur kangkung dan sayur kecambah. Berdasarkan nilai dimanaguru belum pernah menggunakan tehnik *peers modelling*dengan jumlahnya 88, dengan nilai rata-rata *pre-test* 6,77, sedangkan nilai *post-testnya*

berjumlah 132 dengan nilai rata-rata *post-test* 10,15 dengan selisih angka 3,38. Ini berarti terdapat kemajuan yang signifikan secara keseluruhan setelah diberikan perlakuan dengan menggunakan tehnik *peers modelling*. Dapat diketahui bahwa rata-rata *pre-test*ada 56%, setelah diberi perlakuan meningkat menjadi 84%. Jadi dari *pre-test* ke *post-test* meningkat kira-kira 28%. Hipotesis dalam penelitian ini berarti ada terjadinya pengaruh *peers modelling* terhadap peningkatan konsumsi sayur anak setelah diberikan perlakuan.

Dari hasil yang sudah didapat peneliti dari *pre-test, treatmen dan post-test* ditemukan bahwa ada peningkatan dari anak yang sebelumnya tidak menyukai sayuran dan akhirnya menyukai sayuran itu disebabkan oleh pengaruh teman sebaya. Maka dari itu dapat disimpulkan bahwa tehnik *peers modelling* memiliki pengaruh terhadap peningkatan konsumsi sayur pada anak.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil tindakan dan pengamatan yang telah dilakukan pada penelitian ini, maka dapat ditarik beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Sebelum menggunakan tehnik *peers modelling* dalam meningkatkan konsumsi sayur pada anak usia 4-5 tahun diketahui bahwa 54% anak yang tidak menyukai sayuran dan 46% anak yang menyukai sayuran, maka dapat dikatagorikan masih rendah. Namun, setelah menggunakan tehnik *peers modelling* diketahui bahwa 87 % anak yang menyukai sayuran dan 13% anak yang masih tidak menyukai sayuran. Pada observasi dengan menggunakan alat berupa daftar nilai perkegiatan sudah mulai meningkat minat anak dalam mengkonsumsi sayur dan dapat dikategorikan sudah baik.
2. Setelah menggunakan tehnik *peers modelling* terdapat pengaruh dalam meningkatkan konsumsi sayur dapat dikatakan berpengaruh signifikan terhadap minat anak dalam mengkonsumsi sayur. Hasil *peers modelling* yang dilakukan sebelum dan sesudah perlakuan adalah t hitung adalah -5,803 sedangkan t tabel N= 12 pada taraf kepercayaan 95%= -2,179, dengan hasil tersebut berarti terdapat pengaruh *peers modelling* terhadap peningkatan konsumsi sayur anak.

Berarti terdapat pengaruh yang signifikan antara sebelum dan sesudah perlakuan.

Saran

Berdasarkan kesimpulan yang dilakukan di atas, maka penulis mengajukan saran-saran sebagai berikut: Berdasarkan kesimpulan yang dilakukan di atas, maka peneliti mengajukan saran-saran sebagaiberikut:

1. Diharapkan kepada tenaga pendidik agar menggunakan tehnik *peers modelling* dalam meningkatkan minat anak dalam mengkonsumsi sayur, karena ini merupakan alternatif yang baik dan terbukti cara ini efektif dalam meningkatkan minat anak dalam mengkonsumsi sayur .
2. Diharapkan sekolah untuk membiasakan anak-anak dengan menu yang ada campuran sayuran

pada saat makan bersama dilaksanakanbertujuan melatih anak agar terbiasa sejak dini.

3. Diharapkan peneliti selanjutnya dapat menggunakan tehnik *peers modelling* dalam meningkatkan keterampilan anak dalam bidang lain seperti kemandirian anak, dsb

4. Keterbatasan penelitian antara lain adalah dalam uji coba terlebih dahulu pada anak dengan tidak memberikan perlakuan bertujuna untuk mengetahui seberapa banyak anak yang tertarik atau tidaknya makan sayur.

DAFTAR PUSTAKA

Cullen, et al. (2001).**Child-Reported Family and Peer Influences on Fruit, Juice, an And Vegetable Consumption : Reliability and Validity Measures.** Health *Education Research Oxford UniversityPress* Vol. 16 No 2 (187-200).

Dyah Pratitasari. (2010). **Makan Sayur Seasyik Bermain**. Yogyakarta: B-First (PT Bentang Pustaka).

Edi Purwanta, M. Pd. (2012). **Modifikasi Perilaku**. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Hartup, W. W. (1992). **Having Friends, Making Friends, and Keeping Friends**. Eric Digest. Urbana IL: ERIC Clearinghouse on Elementary and Early Childhood Education.

Laursen, E.K. (2005). **Rather Than Fixing Kids - Build Positive Peer Cultures. Reclaiming Children and Youth**. 14. (3). 137 – 142. (ProQuest Education Journals.

Ogden. (2010). **The Psychology Of Eating: From Healthy To Disordered 2nd**. Blackwell Publishing

Santrock, J W. 2007. **Remaja Edisi 11 Jilid 2.**Jakarta : Erlangga.

Steinberg, Laurance. (1993). **Adolescence. New York** : Mc. Graw-Hill, Inc.

Sugiyono.(2012). **Metode Penelitian Kuantitaif, Kualitatif DAN R & D.** Bandung: Apfabeta.