

## PENGARUH *PUNISHMENT* PADA ANAK TK YANG MENGALAMI SUSAH MAKAN

**Jaji**

Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya  
E-mail: jaji.unsri@gmail.com

### **Abstrak**

**Tujuan:** Undang-undang Sisdiknas mengartikan bahwa 0-6 tahun mengategorikan sebagai anak usia dini. Merupakan masa perkembangan dan pertumbuhan yang sangat menentukan perkembangan masa selanjutnya. Oleh karenanya harus di support oleh nutrisi seimbang yang adekuat. Penelitian ini mencari pengaruh punishment pada anak TK yang mempunyai pola makan susah.

**Metode:** *Pre Experimental Design* dengan metode pendekatan satu group yang di beri perlakuan *Pretest dan Posttests*. Populasi penelitian yaitu anak-anak TK Arwana sebanyak 26 siswa, yang semuanya di jadikan sampel.

**Hasil:** Hasil penelitian didapatkan responden terbanyak adalah berjenis kelamin wanita yaitu 16 (61,5 %) orang, konsumsi makan yang disajikan sebelum diberi perlakuan frekuensinya terbanyak yaitu makanan habis setengah 13 (50%), mengkonsumsi makanan yang disajikan pada siswa yang di beri punishment frekuensi terbanyak yaitu makanan habis semua 10 (38,5%), dan hasil uji bivariate diperoleh angka  $p=0.001$ , berarti terdapat perbedaan konsumsi makanan awal dengan konsumsi makanan dengan punishment secara signifikan.

**Simpulan:** Modifikasi perilaku *operan conditioning* salah satunya *punishment* dapat di gunakan untuk mengatasi masalah pada anak, akan tetapi *punishment* yang digunakan harus sesuatu yang sifatnya memperbaiki.

**Kata kunci:** anak usia dini, *punishment*, makanan.

### **Abstract**

**Aim:** *The National Education System Law means that 0-6 years categorizes as early childhood. It is a period of development and growth that determines the future development. Therefore it must be supported by adequate balanced nutrition. This study looks for the influence of punishment on kindergarten children who have a difficult diet.*

**Method:** *Pre Experimental Design with one group approach method that is treated Pretest and Posttests. The study population was 26 Arwana kindergarten children, all of whom were sampled.*

**Result:** *The results showed that the majority of respondents were female, ie 16 (61.5%) people, food consumption was served before being given the most frequency treatment, ie food was consumed by half 13 (50%), consuming food served to students who were given the most punishment that is, all of the food runs out 10 (38.5%), and the bivariate test results are obtained by the number  $p = 0.001$ , meaning that there is a difference in the consumption of the initial food with the consumption of food with a significant difference.*

**Conclusion:** *One of the modification of operant conditioning behavior is that punishment can be used to overcome problems in children, but the punishment used must be something that is improving.*

**Keywords:** *early childhood, punishment, food.*

## PENDAHULUAN

Undang-Undang Sisdiknas Indonesia mengkategorikan 0-6 tahun sebagai anak usia dini. Sedangkan batasan lain menurut the National Association For The Education Of Young Children (NAEYC), dan para tokoh menyebutnya “Early childhood” yaitu anak sejak lahir sampai dengan umur delapan tahun<sup>1</sup>. Anak usia dini mengalami masa keemasan (*the golden age*) karena anak mulai sensitif atau peka dalam menerima berbagai macam rangsangan. Masa sensitif pada anak berbeda-beda, sesuai masa pertumbuhan dan perkembangan anak yang unik.<sup>2</sup> Bila stimulasi perkembangan anak baik, maka anak akan mampu menjalani tugas perkembangannya dengan baik pula.

Masa pertumbuhan dan perkembangan usia dini, akan menentukan pertumbuhan dan perkembangan di masa yang akan datang. Oleh karenanya dalam rangka menunjang pertumbuhan dan perkembangannya harus di support oleh nutrisi seimbang yang adekuat, nutrisi yang di butuhkan oleh tubuh si anak sesuai dengan masa pertumbuhan dan perkembangannya. Makanan yang bergizi yang diasup anak berpengaruh besar terhadap perkembangan, karena dibutuhkan stimulasi untuk pertumbuhan yang baik. Nutrisi merupakan komponen utama pada anak yang bermanfaat untuk memenuhi kebutuhan gizi dalam rangka melakukan aktifitasnya sehari-hari.<sup>3</sup> Pola makan yang seimbang sudah menjadi anjuran mendasar bagi setiap individu karena bermanfaat dalam pengolahan makanan yang bervariasi dan kombinasi dengan hidangan lain sehingga dapat mencegah kebosanan.<sup>4</sup>

Memberi makanan yang baik dan bergizi kepada anak, dapat memberikan banyak keuntungan yang berlanjut sampai usia remaja dan dewasa, adapun kebutuhan nutrisi yang di butuhkan oleh anak prasekolah hampir sama dengan anak usia toddler dalam segi kualitas dan akan lebih sedikit dalam segi kuantitas. Kalori yang dibutuhkan oleh anak untuk setiap harinya berkisar 90 kal per kg berat badan atau sekitar 1800 kalori dan asupan protein sebesar 1,2 gram per kg berat badan per hari serta kebutuhan cairan pada anak berkisar 100 ml per kg berat badan tergantung dengan aktifitasnya. Semua zat gizi tersebut dapat tercukupi melalui pemenuhan gizi seimbang.<sup>5</sup>

Masalah penyebab Anak kurang dalam pemenuhan nutrisi disebabkan oleh: tampilan pada saat penyajian yang begitu-begitu saja, sehingga anak merasa bosan. Tampilan saat penyajian merupakan salah satu fakto yang menyebabkan kurangnya konsumsi nutrisi pada anak. Anak akan merasa bosan terhadap jenis nutrisi yang di hidangkan karenan hanya menu dengan tampilan biasa saja yang sering kali ditampilkan.<sup>6</sup> Hasil wawancara studi pendahuluan dengan wali murid, sekolah pendidikan anak usia dini dan sekolah taman kanak-kanak yang ada di Ogan Ilir, didapatkan data, dari 6 responden yang diwawancarai, 6 responden menyatakan bahwa, para wali merasa kesulitan dalam memenuhi kebutuhan nutrisi pada anak

(ukuran yang dipakai, nutrisi yang di sajikan tidak habis semua), makanan akan habis ketika makanan kesukaan, dan dengan kesabaran untuk membujuknya. Selain itu

juga anak-anak suka pilih-pilih makanan, suka dan suka sekali dengan makanan ringan atau snack, sehingga anak-anak merasa kenyang duluan, sebelum makan makanan pokok atau nasi. Itu semua adalah perilaku anak dalam pemenuhan nutrisi yang dapat di kategorikan perilaku kurang baik.

Perilaku sendiri adalah apapun yang dikatakan atau dilakukan seseorang.<sup>7</sup> Ada tiga dimensi perilaku yakni: durasi perilaku, frekuensi perilaku, dan intensitas atau kekuatan perilaku.<sup>8</sup> Punishment sebagai penerapan teori *behavioristik classical conditioning*. Yang memandang belajar adalah perubahan perilaku. Ada beberapa cara untuk mengubah perilaku individu, di antaranya adalah melalui modifikasi perilaku.

Modifikasi perilaku sendiri terdapat strategi yang digunakan untuk pengendalian pola makan dapat menggunakan *behaviour modification tipe punishment* atau yang dikenal dengan hukuman. Hukuman (punishment) sebagai upaya untuk membentuk perilaku yang diharapkan dan mengurangi tingkah laku yang tidak diharapkan, jika hukuman yang dikaitkan dengan hal yang ditakuti anak.<sup>9</sup> Menurut Skinner<sup>10</sup> yang mendasarkan diri pada hasil penelitian Pavlov dan Thorndike, salah satu elemen utama pada teori ini adalah penekanan pada konsekuensi. Konsekuensi

yang menyenangkan, atau reinforcer (penguat), memperkuat perilaku, sementara konsekuensi yang tidak menyenangkan, atau punishers (hukuman) melemahkan perilaku. Penerapan punishment pada tingkah laku subjek dilakukan karena subjek susah makan. Punishment dalam penelitian ini menggunakan positive punishment, pemberian hukuman yang bertujuan untuk mengurangi atau menghilangkan perilaku yang tidak sesuai dengan cara menghadirkan stimulus yang tidak disukai anak. Oleh karena itu, perlu dilakukannya penelitian menggunakan modifikasi perilaku tipe punishment untuk mengurangi kebiasaan susah makan.

## METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang di pakai *Pre Experimental* dengan pendekatan satu kelompok yang di beri perlakuan dengan melakukan observasi menggunakan kuesioner sebelum eksperimen (*pre-test*) dan sesudah eksperimen (*post-test*).<sup>11</sup> Pengumpulan data dilakukan dengan cara diperoleh secara langsung dari responden melalui wawancara dengan menggunakan kuesioner. Populasi dan sampel yang di pakai yaitu anak-anak TK Arwana berjumlah 26 siswa. Analisis bivariat menggunakan uji t-test.

## HASIL PENELITIAN

### Analisis Univariat

**Tabel 1**  
**Distribusi Frekuensi Menurut Jenis Kelamin**

No.	Jenis Kelamin	Frekuensi	Persen
1	Pria	10	38.5
2	Wanita	16	61.5
	Total	26	100.0

Tabel diatas menunjukkan bahwa responden yang terbanyak adalah berjenis kelamin perempuan 16 (61,5 %) siswa.

**Tabel 2**  
**Distribusi Frekuensi Konsumsi Makan Awal Tanpa Perlakuan**

No.	Variabel	Frekuensi	Persen
1	Makan habis setengah	13	50.0
2	Makan habis seperempat	4	15.4
3	Makan masih tersisa	3	11.5
4	Makan habis semua	6	23.1
	Total	26	100.0

Tabel diatas menunjukkan bahwa, sebagian besar makan yang di sajikan pada anak sebelum di kasih perlakuan punishment yaitu makan habis setengah 13 (50%).

**Tabel 3**  
**Observasi Distribusi Frekuensi Konsumsi Nutrisi Dengan Punishment**

No.	Variabel	Frekuensi	Persen
1.	Makan Habis Setengah		
2.	Makan Habis Seperempat	7	26.9
3.	Makan Masih Tersisa	9	34.6
4.	Makan Habis Semua	10	38.5
	Total	26	100.0

Tabel diatas menunjukkan bahwa, kebanyakan mengkonsumsi makan yang di sajikan pada anak dengan punishment yaitu makan habis semua 10 (38,5%).

### Hasil Analisis Bivariat

**Tabel 4**  
**Pengaruh Punishment Terhadap Konsumsi Makan Anak**

Variabel	Mean	SD	SE	P Value	N
Konsumsi makan awal	2.0769	1.26248	.24759	0.001	26
Konsumsi makan dengan punishment	3.1154	.81618	.16007		

Rata-rata konsumsi nutrisi pada pengukuran awal tanpa punishment adalah 2.0769 dengan standar deviasi 1.26248. pada pengukuran kedua konsumsi nutrisi anak dengan punishment di dapat rata-rata 3.1154, standar deviasinya 0.81618, menunjukkan angka mean perbedaan pengukuran pertama dan kedua sebesar 1.0385, dan angka standar deviasinya 0.4463. Hasil pengukuran dengan menggunakan uji t-test, mendapatkan angka  $p=0.001$ , artinya terdapat perbedaan yang signifikan antara konsumsi makan awal dengan konsumsi makan dengan punishment.

## PEMBAHASAN

Hasil analisis univariat variabel jenis kelamin menunjukkan bahwa responden yang terbanyak adalah berjenis kelamin wanita dengan angka 16 (61,5 %) orang, angka mengkonsumsi makan yang diberikan pada siswa sebelum di beri perlakuan kebanyakan mengkonsumsi makan habis setengah 13 (50%), dan angka mengkonsumsi makan yang disajikan pada siswa dengan *punishment* terbanyak yaitu makan habis semua 10 (38,5%).

Rata-rata konsumsi nutrisi pada pengukuran awal tanpa *punishment* adalah 2.0769 dengan standar deviasi 1.26248. pada pengukuran kedua konsumsi nutrisi anak dengan *punishment* di dapat rata-rata 3.1154, standar deviasinya 0.81618, didapatkan angka mean perbedaan pengukuran pertama dan kedua yaitu 1.0385 dan angka standar deviasinya 0.4463. Hasil uji bivariate angka yang di dapat nilai  $p=0.001$ , artinya ada perbedaan signifikan antara konsumsi makan diawal dengan konsumsi makan dengan *punishment*.

Penelitian ini sejalan dengan Widiyari, Yuki & Pujiati, Desti<sup>12</sup>, dimana penelitiannya terkait operan conditioning atau modifikasi perilaku berpengaruh terhadap perubahan perilaku anak. Begitupun menurut pandangan Wolpe<sup>13</sup> bahwa, prinsip belajar merupakan bagian dari modifikasi perilaku, yang telah teruji secara eksperimental dalam merubah perilaku tidak adaptif menjadi adaptif. Secara prinsip kebiasaan perilaku tidak adaptif secara perlahan dilemahkan dan dihilangkan, sedangkan perilaku adaptif dimunculkan dan dikukuhkan. Begitupun kesepakatan dari para tokoh menekankan pada aplikasi konsep *punishment* sebagai konsep teori dan hukum belajar pada modifikasi perilaku. Para tokoh sepakat mengubah perilaku lama disebut modifikasi perilaku. Prinsip teori dari teknik

kondisioning diterapkan secara ketat, melalui bagaimana komponen tanggapan (*response*), komponen konsekuensi (*akibat*), dan komponen stimulus (*perangsang*) didefinisikan secara objektif dan dicatat secara cermat. Bootzin<sup>14</sup> mendefinisikan merubah perilaku sebagai ikhtiar dalam mengaplikasikan prinsip belajar maupun prinsip psikologis sebagai hasil eksperimen yang di lakukan kepada perilaku manusia. Tokoh lain sama memberikan batasan bahwa secara sistematis teknik operant kondisioning yang di ujikan kepada manusia di harapkan merubah frekuensi perilaku sosial tertentu pada manusia atau perilaku tindakan mengontrol lingkungan.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian (Salawati, Jaspas Jas, Daviq Chairilisyah)<sup>15</sup>, dimana hasil penelitiannya terdapat pengaruh *Punishment Thinking Chair* terhadap Perilaku Agresif anak usia 5-6 Tahun di Kelompok Bermain Flamboyan. Penelitiannya dapat merubah Perilaku agresif anak sebelum dan sesudah perlakuan, sebesar 44,89% dan dinilai berada pada kategori sedang. Secara prinsip yang harus ada pada konsep perubahan perilaku yaitu adanya adanya *reinforcement* dan *punishment*. *Reinforcement* sendiri yaitu suatu peningkatan probabilitas dari sebuah perilaku yang akan terjadi. Sedangkan *punishment* yaitu kebalikannya, suatu konsekuensi dalam menurunkan probabilitas terjadinya sebuah perilaku.

*Punishment* pada penelitian ini, yaitu anak di beri peringatan dan di beri hukuman maju kedepan untuk menyanyi, pemberian hukuman ini masih dalam taraf yang tidak memberi rasa sakit, karena takut di kemudian hari malah menjadi perilaku yang mal adaptif. Dalam hal ini *punishment* mempunyai harapan yang akan dicapai. *Punishment* sendiri bisa dipakai untuk jangka pendek

maupun jangka panjang, yang semuanya mempunyai tujuannya masing-masing. Tujuan jangka pendek yang ingin di capai dari perubahan perilaku dengan punishment, yaitu akan menghentikan tindakan atau perbuatan yang dilakukan tidak seharusnya. Sedangkan tujuan jangka panjang yang ingin di capai dari teknik punishment, yaitu ingin menyadarkan dan menghentikan perilaku sendiri, ketika individu bertingkah laku salah juga menanamkan system nilai moral dalam diri sendiri sebagai individu. Prinsip inilah yang di cobakan pada anak siswa untuk mau merubah pola perilaku menghabiskan makan sesuai dengan porsi nya, dan tidak akan mengulangi perilaku untuk susah makan.

Penelitian yang dilakukan mendapatkan hasil sesuai dengan tujuan konsep pemberian punishment, dengan prinsip siswa akan memperbaiki perilaku pelanggaran susah makan apabila di sajikan makan, agar supaya siswa tidak secara perlahan tidak akan mengulangi perilaku susah makan yang disajikan. Manfaat yang dapat diambil, dengan mengkonsumsi makan sesuai dengan zat-zat yang diperlukan tubuh dalam rangka menjalankan fungsi dasarnya yaitu bergerak.

Makanan yang masuk akan disintesis oleh tubuh, hasil sintesis akan menjadi energi, dalam menjalankan aktifitasnya seperti: beraktifitas, berinteraksi dengan lingkungannya, tumbuh dan berkembang serta bernafas dan mengeluarkan oksidasi.

Terdapat 6 macam makanan yang dibutuhkan tubuh dalam rangka berfungsi sebagai pemelihara kesehatan secara komprehensif yaitu, di antaranya: karbohidrat, lipid, protein, air, vitamin, dan mineral. Perlunya penekanan kebutuhan makan pada anak usia dini karena, anak mengalami pertumbuhan dan perkembangan baik secara biologis, kognitif, psikososial, dan spiritual yang sangat berarti. Selain itu sebagai kemampuan perkembangan bahasa,

mengontrol diri, sebagai kemampuan dalam berinteraksi dengan lingkungannya maupun dengan orang lain, sebagai modal awal anak mempersiapkan diri ke tahap pertumbuhan dan perkembangan selanjutnya.<sup>16</sup>

## SIMPULAN DAN SARAN

### Simpulan

Hasil penelitian didapatkan responden yang terbanyak adalah berjenis kelamin perempuan 16 (61,5 %) anak, kebanyakan anak yang mengkonsumsi makan yang di sajikan sebelum diberi perlakuan yaitumakan habis setengah 13 (50%), sedangkan siswa yang mengkonsumsi makan yang di sajikan dengan menggunkan perlakuan punishment terbanyak yaitu makan habis semua 10 (38,5%), dan hasil uji bivariat dengan uji t-test di peroleh nilai  $p=0.001$ , artinya terdapat perbedaan yang signifikan antara konsumsi makan sebelum di beri perlakuan punishment dengan konsumsi makan setelah di beri punishment.

### Saran

Modifikasi perilaku *operan conditioning* salah satunya punishment dapat digunakan untuk mengatasi masalah pada anak, akan tetapi punishment yang digunakan harus sesuatu yang sifatnya memperbaiki, karena takut muncul di keudian hari perilaku yang tidak di harapkan, seperti trauma atau menjadi agresif dan balas dendam.

## REFERENSI

1. Soemiarti, Pendidikan Anak Pra Sekolah, Rineka Cipta, Jakarta, 2000.
2. Lisma, Diana. (2013). Peran Perkembangan Motorik Pada Anak Usia Dini. *Jurnal Ilmiah Keolahragaan* No.3.
3. Kartasapoetra, G. & Marsetyo, H. (2010). Ilmu Gizi Korelasi Gizi, Kesehatan, Dan Produktivitas Kerja. Rineka Cipta, Jakarta.
4. Hastuti. (2012). *Psikologi Perkembangan Anak*. Jakarta Selatan: Tugu Publisher.

5. Kusumawati, E, & Proverawati, A. 2011. Ilmu Gizi untuk Keperawatan dan Gizi Kesehatan. Yogyakarta : Nuha Medika.
6. Dewi, Ayu Bulan Febry Kurnia, Puji astuti, Nurul Dan Fajar, I. (2013). Ilmu Gizi Untuk Praktisi Kesehatan Yogyakarta: Graha Ilmu.
7. Martin, G & Pear, J (2015), Modifikasi Perilaku, Makna dan Penerapannya, Yogyakarta, Pustaka Pelajar.
8. Soekadji, S (1983), Modifikasi Perilaku: Penerapan sehari-hari dan Penerapan Profesional, Yogyakarta, Liberty.
9. Purwanta, E (2012), Modifikasi Perilaku: Alternatif Penanganan Anak Berkebutuhan Khusus, Yogyakarta, Pustaka Pelajar.
10. Skinner, B. F. (1966) Contingencies of Reinforcement, New York; Appleton-Century-Crofts. reprinted 2013, B. F. Skinner Foundation.
11. Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
12. Widiyari, Yuki & Pujiati, Desti. Modifikasi Perilaku Pada Anak Usia Dini (Studi Kasus Implementasi Teknik Modeling dan Toke ekonomi dalam proses perubahan tingkah laku pada anak usia dini). PSYCHO IDEA, Tahun 14. No.1, Februari 2016 ISSN 1693-1076.
13. Wolpe, J. (1973), The Practice Of Behavior Therapy, New York, Pergamon Pres.
14. Bootzin, R R (1975), Behavior Modification and Therapy: An Introduction. Cambridge, Mass, Winthrop Pub.
15. Salawati, Jaspar Jas, Daviq Chairilisyah. Pengaruh Punishment Thinking Chair Terhadap Perilaku Agresif Anak Usia 5-6 Tahun Di Kelompok Bermain Flamboyan Kecamatan Siak Hulu Kabupaten Kampar.
16. Wong, Donna L. (2008). *Pedoman Klinis Keperawatan Pediatrik. Edisi Revisi*. Jakarta: EGC.