

## **BAB IV**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **4.1 Hasil Penelitian**

##### **4.1.1 Gambaran Wilayah Penelitian**

Sekolah Luar Biasa (SLB) Swasta Osakali Asahan merupakan salah satu sekolah jenjang SLB berstatus Swasta yang terletak di wilayah Kec. Pulo Bandring, Kab. Asahan, Sumatera Utara ( $3^{\circ}01'27.5''N$   $99^{\circ}35'06.6''E$ ). Sekolah Luar Biasa (SLB) Swasta Osakali Asahan didirikan pada tanggal 4 Februari 2016 dengan Nomor SK Pendirian 053 yang berada dalam naungan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.

Dalam kegiatan pembelajaran, sekolah yang memiliki total 67 siswa yang terdiri dari 37 siswa laki-laki dan 30 siswa perempuan, di mana jumlah siswa laki-laki lebih banyak dari siswa perempuan. Sekolah ini dibimbing oleh 12 guru yang profesional di bidangnya. Kepala Sekolah luar biasa (SLB) swasta Osakali Kabupaten Asahan saat ini adalah Lili Sugiarti. Operator yang bertanggung jawab adalah Aisyah Ramadilla.

##### **4.1.2 Hasil Univariat**

Berdasarkan hasil penelitian yang melibatkan 38 responden siswa di SLB, Distribusi frekuensi dari masing – masing variabel dapat dilihat pada tabel berikut;

## 1. Analisis Karakteristik

Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik

No.	Karakteristik	Frekuensi	
		N	%
<b>1.</b>	<b>Usia Anak</b>		
	6 Tahun	5	13,2
	7 Tahun	9	23,7
	8 Tahun	13	34,2
	9 Tahun	6	15,8
	12 Tahun	5	13,2
<b>Mean : 8,18 Median : 8,00 Mode : 8,00 SD : 1,75 Min : 6 Max : 12</b>			
<b>2</b>	<b>Jenis Kelamin</b>		
	Laki-Laki	21	55,3
	Perempuan	17	44,7
<b>3</b>	<b>Tinggi Badan</b>		
	≤125 cm	25	65,8
	>125 cm	13	34,2
<b>Mean : 125,71 Median : 124,00 Mode : 122,00 SD : 5,10 Min : 120,00 Max : 137,00</b>			
<b>4</b>	<b>Berat Badan</b>		
	<30 Kg	15	39,5
	≥30 Kg	23	60,5
<b>Mean : 31,52 Median : 32,00 Mode : 21,00 SD : 6,44 Min : 21,00 Max : 40,00</b>			
<b>5</b>	<b>Kebutuhan Khusus</b>		
	Autisme	5	13,2
	Tuna Grahita	16	42,1
	Tuna Netra	7	18,4
	Tuna Rungu	10	26,3
	<b>Total</b>	<b>38</b>	<b>100</b>

Berdasarkan hasil pada tabel 4.1 diketahui berdasarkan karakteristik Usia anak rata-rata yaitu 8,18 Tahun sebanyak 13 (34,2%) anak berusia 8 tahun, sebanyak 9 (23,7%) anak berusia 7 Tahun, dan sebanyak 5 (13,2%) anak berusia 12 Tahun. Diketahui pada penelitian ini dominan responden berjenis kelamin laki-laki sebanyak 21 (55,3%) dan perempuan sebanyak 17 (44,7%). Rata-rata tinggi badan siswa yaitu 125,71 cm sebanyak 25 (65,8%) memiliki tinggi ≤125 cm dan sebanyak 13 (34,2%) anak memiliki tinggi >125 cm. Pada penelitian ini

diketahui rata-rata berat badan siswa rata-rata 31,52 Kg, sebanyak 23 (60,5%) anak memiliki berat badan  $\geq 30$  Kg dan sebanyak 15 (39,5%) anak memiliki berat badan  $< 30$  kg. Diketahui pada penelitian ini Kebutuhan Khusus pada anak yaitu dominan Tuna Grahita dimana Tuna Grahita dapat disebut sebagai kemampuan intelektual dan kognitif yang berada di bawah rata-rata, sebanyak 16 (42,1%) anak mengalami kebutuhan khusus Tuna Grahita, sebanyak 10 (26,3%) anak mengalami Tuna Rungu, sebanyak 7 (18,4%) anak mengalami Tuna Netra, dan sisanya mengalami Autisme sebanyak 5 (13,2%) anak.

## 2. Analisis Univariat

**Tabel 4. 2 Analisis Univariat Pola Asuh Orang Tua**

3.	Variabel	n	%
<b>Pola Asuh Orang Tua</b>			
1	Kurang Baik	16	42,1
2	Baik	22	57,9
<b>Total</b>		<b>38</b>	<b>100</b>

Diketahui pada tabel 4.2 diketahui sebanyak 16 (42,1%) anak mendapatkan pola asuh yang kurang baik (otoriter/premissif) dan sebanyak 22 (57,9%) anak mendapatkan pola asuh yang baik (demokratis).

**Tabel 4. 3 Analisis Univariat Pola Makan Anak**

	Variabel	n	%
<b>Pola Makan Anak</b>			
1	Kurang	17	44,7
2	Cukup	13	34,2
3	Baik	8	21,1
<b>Total</b>		<b>38</b>	<b>100</b>

Diketahui pada tabel 4.3 diketahui sebanyak 17 (44,7%) anak memiliki pola makan dengan kategori Kurang, sebanyak 13 (34,2%) anak

memiliki pola makan dengan kategori Cukup, dan sebanyak 8 (21,1%) anak dengan pola makan yang Baik.

**Tabel 4. 4 Analisis Univariat Porsi Makan Anak**

	<b>Variabel</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
	<b>Porsi Makan</b>		
1	Sedikit	12	31,6
2	Sedang	14	36,8
3	Banyak	12	31,6
	<b>Total</b>	<b>38</b>	<b>100</b>

Hasil analisis pada tabel 4.4 diketahui sebanyak 14 (36,8%) anak memiliki porsi makan kategori Sedang, sebanyak 12 (31,6%) anak porsi makan dengan kategori Banyak, dan sebanyak 12 (31,6%) porsi makan anak dengan kategori Sedikit.

**Tabel 4. 5 Analisis Univariat Status Gizi**

	<b>Variabel</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
	<b>Status Gizi</b>		
1	Kurang	12	31,6
2	Normal	16	42,1
3	Lebih	10	26,3
	<b>Total</b>	<b>38</b>	<b>100</b>

Hasil analisis pada tabel 4.5 diketahui sebanyak 16 (42,1%) anak memiliki status gizi kategori Normal, sebanyak 12 (31,6%) anak memiliki status gizi kategori Kurang, dan sebanyak 10 (26,3%) anak memiliki status gizi kategori Lebih.

### 4.1.3 Hasil Bivariat

Pada penelitian ini ingin melihat hubungan antara variabel dependen dan independen menggunakan Uji Chi-Square, berikut hasil uji analisis :

#### 1. Hubungan Antara Pola Makan dengan Status Gizi

**Tabel 4. 6 Hasil Analisis Hubungan Pola Makan dengan Status Gizi**

Pola Makan	Status Gizi						Jumlah	p Value	
	Kurang		Normal		Lebih				
	N	%	N	%	n	%			
<b>Kurang</b>	3	7,9	8	1,1	15,8	17	44,7	0,043	
<b>Cukup</b>	6	15,8	7	18,4	0	0,0	13		34,2
<b>Baik</b>	3	7,9	1	2,6	4	10,5	8		21,1
<b>Total</b>	<b>12</b>	<b>31,6</b>	<b>16</b>	<b>42,1</b>	<b>26,3</b>	<b>38</b>	<b>100</b>		

Hasil analisis pada tabel 4.6 ditemukan Adanya Hubungan yang signifikan antara Pola Makan dengan Status Gizi pada Siswa p-Value sebesar  $0,043 < 0,05$ . Sebanyak 3 (7,9%) anak dengan Pola Makan yang kurang memiliki Status Gizi yang Normal, sebanyak 8 (21,1%) anak dengan Pola Makan yang kurang memiliki Status Gizi yang Kurang, sebanyak 7 (18,4%) anak dengan Pola Makan yang cukup memiliki Status Gizi yang Normal, sebanyak 4 (10,5%) anak dengan Pola Makan yang baik memiliki Status Gizi yang Lebih.

## 2. Hubungan Antara Pola Asuh Orang Tua dengan Status Gizi

**Tabel 4. 7 Hasil Analisis Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Status Gizi**

Pola Asuh Orang Tua	Status Gizi						Jumlah	p Value
	Kurang		Normal		Lebih			
	n	%	n	%	n	%	N	%
<b>Kurang Baik</b>	4	10,5	9	23,7	3	7,9	16	42,1
<b>Baik</b>	8	21,1	7	18,4	7	18,4	22	57,9
<b>Total</b>	<b>12</b>	<b>31,6</b>	<b>16</b>	<b>42,1</b>	<b>6,3</b>	<b>6,3</b>	<b>38</b>	<b>100</b>

Diketahui hasil analisis pada tabel 4.7 p-value sebesar 0,318 (>0,05) dimana hal ini berarti tidak adanya hubungan antara Pola Asuh Orang Tua dengan Status Gizi pada Siswa. Sebanyak 9 (23,7%) anak yang mendapatkan pola asuh yang Kurang Baik mengalami Status Gizi yang Normal. Anak yang mendapatkan pola asuh yang baik memiliki status gizi yang kurang yaitu sebanyak 8 (21,1%) anak, sebanyak 7 (18,4%) anak dengan pola asuh yang Baik memiliki Status Gizi dengan Kategori Lebih.

### 4.2 Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis diatas didapatkan pembahasan mengenai Hubungan Pola Makan dan Pola Asuh Orang Tua dengan Status Gizi Pada Anak di SLB Osakali Asahan :

#### 4.2.1 Hubungan Antara Pola Makan dengan Status Gizi

Hasil penelitian ini menunjukkan Adanya Hubungan yang Signifikan antara Pola Makan dengan Status Gizi pada Anak di SLB Osakali Asahan, dengan p-value sebesar 0,043 (<0,05). Pada penelitian (Khusniyati et al., 2016) ditemukannya ada hubungan antara pola konsumsi makanan dengan status gizi

pada santri pondok pesantren Roudlatul Hidayah Pakis Trowulan Mojokerto. Penelitian lainnya oleh (Wijaya, 2022) mendapatkan hasil bahwa adanya hubungan antara pola makan dengan status gizi pada anak usia pra sekolah di Wilayah Puskesmas Kalirungkut.

Berdasarkan karakteristik pada penelitian ini dominan responden berjenis kelamin Laki-Laki sebanyak 21 (55,3%) dan perempuan sebanyak 17 (44,7%). Hal ini sejalan dengan penelitian (Wijaya, 2022) menunjukkan bahwa dari 50 responden, sebagian besar berjenis kelamin Laki – laki sebanyak 26 orang (52 %) dan untuk Perempuan sebanyak 24 orang (48 %). Hasil penelitian (Syarifaini et al., 2021) ditemukan jenis kecacatan, tertinggi berada pada jenis kecacatan tuna grahita yaitu sebanyak 47 siswa (49%), sedangkan terendah pada jenis kecacatan tuna netra dan tuna daksa dengan masing-masing 3 siswa (3,1%), sejalan dengan hasil pada penelitian ini yaitu Kebutuhan Khusus pada anak yaitu dominan Tuna Grahita dimana Tuna Grahita dapat disebut sebagai kemampuan intelektual dan kognitif yang berada di bawah rata-rata, sebanyak 16 (42,1%) anak mengalami kebutuhan khusus Tuna Grahita, sebanyak 10 (26,3%) anak mengalami Tuna Rungtu, sebanyak 7 (18,4%) anak mengalami Tuna Netra, dan sisanya mengalami Autisme sebanyak 5 (13,2%) anak.

Pada penelitian ini diketahui sebanyak 17 (44,7%) anak memiliki pola makan dengan kategori Kurang, sebanyak 13 (34,2%) anak memiliki pola makan dengan kategori Cukup, dan sebanyak 8 (21,1%) anak dengan pola makan yang Baik. sejalan dengan penelitian (Wijaya, 2022) menunjukkan bahwa dari 50 responden, sebagian besar memiliki pola makan yang tidak teratur yaitu sebanyak 45 orang (90%) dan yang memiliki pola makan yang teratur hanya 5 orang

(10%). Pada penelitian ini diketahui sebanyak 14 (36,8%) anak memiliki porsi makan kategori Sedang, sebanyak 12 (31,6%) anak porsi makan dengan kategori Banyak, dan sebanyak 12 (31,6%) porsi makan anak dengan kategori Sedikit. Menurut penelitian (Gusman, 2022) Frekuensi makan dikatakan baik, jika frekuensi makan setiap harinya tiga kali makanan utama atau dua kali makanan utama dengan satu kali makanan selingan. Jenis makanan yang dikonsumsi harus mengandung karbohidrat, protein, lemak dan nutrisi spesifik. Keragaman jenis pangan yang dikonsumsi mempengaruhi kualitas gizi dan kelengkapan zat gizi (Kementerian Kesehatan RI, 2014).

Menurut peneliti adanya hubungan antara pola makan dengan status gizi dikarenakan setiap anak memiliki pola makan yang berbeda sehingga dapat mempengaruhi status gizi pada tubuh mereka, seperti halnya pendapat menurut (Syarfaini et al., 2021) mengenai status gizi anak tunagrahita dan tunarungu menyatakan bahwa anak dengan tunagrahita cenderung mengalami overweight atau gizi lebih dibandingkan dengan anak tunarungu yang cenderung mengalami underweight atau gizi kurang.

Keadaan tersebut disebabkan karena tingkat aktivitas tunagrahita yang cenderung kurang akibat keterbatasan mental yang dimiliki, sehingga perlu adanya bantuan orang lain dalam melakukan aktivitasnya dibandingkan dengan anak tunarungu yang hanya mengalami gangguan pendengaran. Karena adanya batasan dalam makanan tersebut, maka anak tunagrahita cenderung memiliki perilaku makan penghindar makanan. Sedangkan pada anak dengan disabilitas autisme lebih cenderung memiliki perilaku makan yang kurang baik dan cenderung mengalami gizi kurang. Hal ini disebabkan karena anak autisme menyukai makanan yang

terbatas akan gizi dan tidak menyukai beberapa jenis sayuran akibat keterbatasan dalam mencerna, menyerap, dan memfungsikan nutrisi yang masuk ke dalam tubuhnya dengan baik.

Tindakan preventif yang dapat dilakukan yaitu orang tua diharapkan dapat lebih paham kebutuhan anak sesuai dengan anjuran agar status gizi pada anak sesuai dengan usianya. Sejalan dengan saran oleh (Syarfaini et al., 2021) agar orang tua dapat memberikan pengasuhan yang tepat sesuai dengan kebutuhan yang diperlukan oleh anak sehingga tumbuh kembang anak dapat lebih optimal. Selain itu, orang tua sebaiknya dapat memperhatikan dan memenuhi kebutuhan gizi anaknya karena melihat masih banyaknya siswa yang memiliki status gizi lebih dan status gizi kurang. Dan penulis mengharapkan untuk peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti dan melihat beberapa faktor lain yang dapat mempengaruhi status gizi anak disabilitas khususnya dari segi asupan makanan.

#### **4.1 Hubungan Antara Pola Asuh Orang Tua dengan Status Gizi**

Hasil penelitian ini menunjukkan tidak adanya hubungan antara Pola Asuh Orang Tua dengan Status Gizi pada Siswa di SLB Osakali Asahan, dengan p-value sebesar 0,318 ( $>0,05$ ). Sejalan dengan penelitian (Khadijah & Arthyka Palifiana, 2022) bahwa tidak ada hubungan antara pola asuh orangtua dengan status gizi pada balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Mantrijeron Yogyakarta. Tidak sejalan dengan penelitian lainnya yang menyatakan adanya hubungan yang bermakna antara pola asuh dengan status gizi pada balita (Valentine et al., 2022).

Pola asuh orang tua sebagian besar pada penelitian ini yaitu pola asuh yang baik (demokratis) diketahui sebanyak 16 (42,1%) anak mendapatkan pola asuh yang kurang baik (otoriter/premissif) dan sebanyak 22 (57,9%) anak

mendapatkan pola asuh yang baik (demokratis). Sikap rasional mendasari orangtua dalam pola asuh dimana tidak mengharapkan yang berlebihan dari kemampuan anak. Orang tua bersifat hangat dan anak dapat bebas menentukan pilihan. Keuntungan penerapan pengasuhan secara demokratis adalah membentuk anak yang bahagia, dapat mengontrol diri, percaya diri, bisa mengatasi stress, jiwa prestasi dan dapat berkomunikasi dengan baik (Khadijah & Arthyka Palifiana, 2022).

Pola asuh dipengaruhi oleh faktor usia kedua orang tua, pendidikan, pekerjaan dan jumlah anak. Menurut pendapat pada (Rahayu Putri, 2019) dalam mendidik dan mengasuh anak, orangtua menggunakan banyak variasi dan model yang menghasilkan pola perilaku, sikap dan menjadi penentu pertumbuhan dan perkembangan anak. Pengasuhan dengan kualitas yang baik menghasilkan anak balita dengan kesakitan rendah dan status gizi yang lebih baik dibandingkan dengan kualitas pengasuhan yang buruk.

Berdasarkan data karakteristik rata-rata usia siswa yaitu 8,18 Tahun sebanyak 13 (34,2%) anak berusia 8 tahun, sebanyak 9 (23,7%) anak berusia 7 Tahun, dan sebanyak 5 (13,2%) anak berusia 12 Tahun. Pada penelitian (Syarfaini et al., 2021) ditemukan usia terbanyak berada pada usia <10 Tahun yaitu sebanyak 34 (35,4%). Pola pengasuhan yang didapatkan setiap usia pada anak berbeda-beda, sehingga asupan gizi yang diserap sehari-hari juga berbeda. Menurut (Isnaina, 2019) Secara umum, pola pengasuhan dapat mempengaruhi status gizi anak khususnya pola asuh makan, pola asuh makan didefinisikan sebagai praktek pengasuhan yang diterapkan ibu kepada anak yang berkaitan dengan cara dan situasi makan. Jumlah dan kualitas makanan yang dibutuhkan untuk konsumsi

anak perlu dipikirkan dan direncanakan karena dapat memberikan pengaruh yang besar terhadap keadaan status gizi anak (Dian, 2017). Namun pada penelitian ini, kuesioner yang digunakan kurang menggambarkan apakah orang tua juga mengontrol jumlah asupan makanan anak maupun jenis makanan yang dikonsumsi.

Menurut peneliti tidak adanya hubungan antara pola asuh dengan status gizi pada siswa dikarenakan adanya pengaruh lain yang dapat menyebabkan ketidakseimbangan gizi pada anak, menurut (Izhar, 2017) Pola asuh yang kurang baik juga dipengaruhi oleh faktor ekonomi dalam sebuah keluarga. Tidak hanya pola asuh namun faktor-faktor lainnya juga dapat mempengaruhi keadaan status gizi pada anak tersebut. Pada penelitian ini kebanyakan siswa menyukai makanan yang cepat saji seperti Sosis, Bakso dan Nugget hal ini dikarenakan kebiasaan orang tua yang menyediakan makanan-makanan cepat saji.

Pendapat (Handayani et al., 2019) menyatakan bahwa Sebagian balita dengan status gizi baik namun pola asuh makan yang kurang baik memiliki kebiasaan makan hanya dengan nasi dan lauk, serta sebagian balita juga menyukai mie instan, jumlah porsi makan yang disajikan juga cukup banyak. Namun pada penelitian ini tidak terdapat data yang ditampilkan untuk secara khusus mengenai pola asuh yang baik memberi makan anaknya makanan apa setiap harinya.

Tindakan preventif yang dapat dilakukan peneliti menyarankan agar sekolah lebih aktif dalam memberikan penyuluhan seputar gizi anak dan pola asuh yang baik dan benar terutama untuk anak yang berkebutuhan khusus, dimana seperti yang kita ketahui anak dengan kebutuhan khusus memiliki perawatan yang lebih ekstra dan harus lebih hati-hati. Sejalan dengan saran yang disampaikan oleh

(Handayani et al., 2019) agar petugas kesehatan dan pihak-pihak terkait dapat memberikan informasi-informasi (penyuluhan) kepada kader-kader kesehatan untuk mempertahankan pola asuh yang baik kepada orang tua dan mempertahankan status gizi yang baik pada balita.

### **4.3 Kajian Integrasi Keislaman**

Dalam perspektif Islam, pentingnya makanan halal dan thayyib sangat ditekankan. Manusia tidak bisa sembarangan dalam mengonsumsi makanan sesuai selera tanpa memperhatikan aturan-aturan yang ada. Kualitas makanan yang ditetapkan dalam Al-Qur'an adalah makanan yang halal dan baik (thayyib) dengan kuantitas yang proporsional, tidak berlebihan atau kekurangan, serta memiliki pengaruh yang baik dan aman. Jenis-jenis makanan yang dianjurkan adalah pangan nabati (kurma, padi-padian, sayurmayur, buah-buahan) dan pangan hewani (daging hewan darat, ikan laut, susu, madu). Sehingga dengan petunjuk dan penjelasan Al-Qur'an, prinsip makanan bergizi "empat sehat lima sempurna" yang selama ini dikenal masyarakat dapat disempurnakan menjadi "lima sehat enam sempurna" yang mengkumulasi beberapa unsur seperti makanan pokok, sayurmayur, lauk-pauk, buah-buahan, susu, dan madu yang halal dan thayyib (Widiyati, 2023).

Al Quran sebagai pedoman utama umat Islam mengajarkan kepada umat manusia pada umumnya dengan menempatkan makan dan minuman pada tataran kebutuhan yang proporsional, yaitu dengan tetap melakukan setiap hari untuk mempertahankan hidup, namun harus pula tetap dalam kerangka semangat spiritualisme Allah Menegaskan dalam Firman-Nya : Al-Quran dalam surah Al-Baqarah (2:168),

يَأْتِيهَا النَّاسُ كُلُّوْا مِمَّا فِي الْأَرْضِ حَلَالًا طَيِّبًا وَلَا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ إِنَّهُ

لَكُمْ عَدُوٌّ مُّبِينٌ ﴿١٦٨﴾

"Hai manusia, makanlah dari apa yang terdapat di bumi yang halal lagi baik."

Gizi adalah salah satu ilmu bidang kesehatan yang diatur dalam Qur'an. Islam sangat memperhatikan hal-hal yang berkaitan dengan makanan. Allah Swt. sangat mementingkan masalah makanan bagi makhluk hidup-Nya. Pedoman Gizi Seimbang adalah pedoman yang telah disusun sesuai dengan rekomendasi keputusan Kongres Gizi Internasional di Roma. Pedoman Gizi Seimbang (PGS) adalah susunan pangan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah sesuai dengan kebutuhan tubuh. Hal tersebut dengan memperhatikan prinsip keanekaragaman pangan, aktivitas fisik, perilaku hidup bersih dan memantau berat badan secara teratur.

Al-Qur'an sudah terlebih dahulu mengkaji konsep gizi seimbang sebagai panduan konsumsi makan yang baik. Di dalamnya, Al-Qur'an menjelaskan berbagai jenis kelompok pangan yang dapat manusia konsumsi untuk memenuhi kebutuhan zat gizi tubuh. Fungsinya agar tubuh dapat bergerak, bertumbuh, dan berkembang. Salah satu pilar pedoman gizi seimbang yaitu mengonsumsi makanan yang beraneka ragam. Tubuh membutuhkan zat gizi seperti karbohidrat, protein, lemak, vitamin dan mineral agar dapat bergerak, bertumbuh, berkembang, dan menunjang kesehatannya. Namun, tidak ada satupun jenis makanan yang mengandung semua jenis zat gizi bagi tubuh, kecuali Air Susu Ibu (ASI). Cara menerapkannya yaitu mengonsumsi makanan pokok, lauk pauk, sayuran, dan buah-buahan.

**Pertama**, makanan pokok seperti biji-bijian dan gandum termasuk kelompok pangan sereal mengandung karbohidrat yang berperan sebagai sumber energi di dalam tubuh. Perintah di dalam Al-Qur'an untuk mengonsumsi makanan pokok terdapat di dalam Surat Yasin ayat 33 :

وَءَايَةٌ لَهُمُ الْأَرْضُ الْمَيِّتَةُ أَحْيَيْنَاهَا وَأَخْرَجْنَا مِنْهَا حَبًّا فَمِنْهُ يَأْكُلُونَ ﴿٣٣﴾

“Suatu tanda (kekuasaan Allah) bagi mereka, tanah yang sudah mati, kami menghidupkannya dan kami keluarkan biji-bijian dari tanah tersebut, maka dari biji-bijian itu mereka makan”. Selain itu juga terdapat Surat Abasa ayat 27:

فَأُنْبِتْنَا فِيهَا حَبًّا ﴿٢٧﴾

“Lalu Kami tumbuhkan bijibijian di bumi itu”.

**Kedua**, konsumsi lauk pauk seperti daging, ikan, seafood, telur, susu dan olahannya, termasuk kelompok pangan sumber protein yang berperan sebagai zat pembangun. Perintah mengonsumsi lauk pauk seperti daging, ikan atau seafood Allah jelaskan di dalam Surat An-Nahl ayat 14 :

وَهُوَ الَّذِي سَخَّرَ الْبَحْرَ لِتَأْكُلُوا مِنْهُ لَحْمًا طَرِيًّا وَتَسْتَخْرِجُوا مِنْهُ حِلْيَةً تَلْبَسُونَهَا وَتَرَى الْفُلْكَ مَوَاحِرَ فِيهِ وَلِتَبْتَغُوا مِنْ فَضْلِهِ ۗ وَلِعَلَّكُمْ

تَشْكُرُونَ ﴿١٤﴾

“Dan Dialah, Allah yang menundukan lautan (untukmu), agar kamu dapat memakan daging yang segar (ikan) darinya”. Dan dalam Surat Ghafir ayat 79 :

اللَّهُ الَّذِي جَعَلَ لَكُمْ مِنَ الْأَنْعَامِ لِتَرَكَبُوا مِنْهَا وَمِنْهَا تَأْكُلُونَ ﴿٧٦﴾

“Allah yang menjadikan hewan-hewan ternak untukmu, sebagian untuk kamu kendarai dan sebagian lagi kamu makan.” Sementara, susu termaktub dalam surah An-Nahl ayat 66:

وَإِنَّ لَكُمْ فِي الْأَنْعَامِ لَعِبْرَةً ۚ نُسْقِيكُمْ مِمَّا فِي بُطُونِهِمْ مِنْ بَيْنِ فَرْثٍ وَدَمٍ لَبَنًا خَالِصًا سَائِغًا لِلشَّرْبِيبِ ﴿٦٦﴾

“Dan sungguh, pada hewan ternak itu benar-benar terdapat pelajaran bagi kamu. Kami memberimu minum dari apa yang ada dalam perutnya (berupa) susu murni antara kotoran dan darah, yang mudah ditelan bagi orang yang meminumnya”.

**Ketiga,** Al-Qur’an meminta untuk mengonsumsi sayur-sayuran, buah-buahan, kacang-kacangan, dan rempah untuk memenuhi vitamin dan mineral yang manusia butuhkan untuk melawan radikal bebas di dalam tubuh. Hal ini dijelaskan di dalam Al-Qur’an dalam surah Al-Baqarah ayat 61:

وَإِذْ قُلْتُمْ يَا مُوسَىٰ لَنْ نَصْبِرَ عَلَىٰ طَعَامٍ وَاحِدٍ فَادْعُ لَنَا رَبَّكَ يُخْرِجْ لَنَا مِمَّا تُثْمِتُ الْأَرْضُ مِنْ بَقْلِهَا وَقِثَّائِهَا وَفُومِهَا وَعَدَسِيهَا وَبَصِلِهَا ۗ قَالَ آتَسْتَبْدِلُونَ الَّذِي هُوَ أَدْنَىٰ بِالَّذِي هُوَ خَيْرٌ ۚ أَهْبَطُوا مِصْرًا ۚ فَإِنَّ لَكُمْ مِمَّا سَأَلْتُمْ ۗ وَضُرِبَتْ عَلَيْهِمُ الذَّلِيلَةُ وَالْمَسْكَنَةُ وَبَاءُوا بِغَضَبٍ مِنَ اللَّهِ ۗ ذَلِكَ بِأَنَّهُمْ كَانُوا يَكْفُرُونَ بِآيَاتِ اللَّهِ وَيَقْتُلُونَ النَّبِيَّاتِ بِغَيْرِ الْحَقِّ ۗ ذَلِكَ بِمَا عَصَوْا وَكَانُوا يَعْتَدُونَ ﴿٦١﴾

“Wahai Musa! Kami tidak tahan hanya (makan) dengan satu macam makanan saja, maka mohonkanlah kepada Tuhanmu untuk kami, agar Dia memberi kami apa yang ditumbuhkan bumi, seperti: sayur-mayur, mentimun, bawang putih, kacang adas dan bawang merah”.

**Keempat**, Allah juga memerintahkan umatnya untuk tidak makan secara berlebihan. Hal ini sesuai dengan surah Al-A'raf ayat 31:

يٰۤاٰدَمُ خُذْ وَاٰدَمَ زَيْنَتَكَمَّ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوْا وَاشْرَبُوْا وَلَا تُسْرِفُوْا ۗ اِنَّهٗ لَا  
 يُحِبُّ الْمُسْرِفِيْنَ ﴿٣١﴾

“Makan dan minumlah dan janganlah berlebih-lebihan. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berlebih-lebihan.”

Anak merupakan amanat bagi kedua orang tuanya dan hatinya yang suci adalah permata yang mahal. Apabila anak diajar dan dibiasakan pada kebaikan, maka anak akan tumbuh pada kebaikan itu dan akan mendapatkan kebahagiaan di dunia dan di akhirat. Binasalah yang akan didapat pada anak, bilamana anak tersebut dibiasakan untuk berbuat kejahatan, berbuat mungkar dan dibiarkan seperti binatang-binatang (Ulwan, 2007). Anak pada sisi lain juga merupakan amanat untuk diasuh, dibesarkan dan dididik sesuai dengan tujuan kejadiannya yaitu “mengabdikan kepada Sang Pencipta”. Orang tua yang tidak dapat melaksanakan kewajibannya, kemungkinan anak akan menjadi fitnah, kata “fitnah” memiliki makna sangat negatif seperti: beban orang tua, beban masyarakat, sumber kejahatan, permusuhan, perkelahian dan sebagainya.

Secara umum, Baumrind mengategorikan pola asuh menjadi tiga jenis, yaitu: pola asuh otoriter, pola asuh demokratis dan pola asuh permisif. Pola asuh

merupakan suatu bentuk interaksi antara orang tua kepada anak dalam mendidik, membimbing dan memberikan perlindungan agar anak mampu untuk berinteraksi di masyarakat dan bisa bersikap mandiri. Kenyataannya saat ini masih banyak orang tua yang memperlakukan pola asuh yang keliru. Bersama orang tuanyalah anak banyak menghabiskan waktunya dan bersama orang tua pula anak mendapat pelajaran.

Pola asuh dalam konsep Islam memang tidak menjelaskan gaya pola asuh yang terbaik atau yang lebih baik, namun lebih menjelaskan tentang hal-hal yang selayaknya dan seharusnya dilakukan oleh setiap orang tua yang semuanya itu tergantung pada situasi dan kondisi anak. Semua hal yang dilakukan oleh orang tua pasti berpengaruh terhadap pembentukan kepribadian anak, terutama ketika anak sedang mengalami masa perkembangan modeling (mencontoh sikap perilaku di sekitarnya). Adapun pengaruh orang tua bisa mencakup lima dimensi potensi anak, yaitu fisik, emosi, kognitif, sosial dan spiritual. Kelima hal tersebut yang seharusnya dikembangkan oleh orang tua untuk membentuk anak yang *shalih-shalihah*.

#### 1. Pola Asuh yang Bersifat Keteladanan

Konsep keteladanan dalam sebuah pendidikan sangatlah penting dan bisa berpengaruh terhadap proses pendidikan, khususnya dalam membentuk aspek moral, spiritual, dan etos sosial anak (Muallifah, 2009: 146). Anak adalah peniru jitu dalam tingkah laku orang-orang terdekatnya dalam kehidupan sehari-hari yang mempengaruhi karakter dirinya. Sebagaimana Firman Allah Ta'ala dalam al-Qur'an surat al-Ahzab :21

لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِّمَن كَانَ يَرْجُوا اللَّهَ وَالْيَوْمَ الْآخِرَ وَذَكَرَ  
 اللَّهُ كَثِيرًا ﴿٦٦﴾

Artinya: “Sesungguhnya telah ada pada (diri) Rasulullah itu suri teladan yang baik bagimu (yaitu) bagi orang yang mengharap (rahmat) Allah dan (kedatangan) hari kiamat dan dia banyak menyebut Allah.

## 2. Pola Asuh yang Bersifat Nasehat

Pola asuh yang bersifat nasehat ini di dalamnya mengandung beberapa hal yaitu ajakan yang menyenangkan, metode cerita yang disertai dengan perumpamaan yang mengandung pelajaran dan nasehat, metode wasiat dan nasehat (Muallifah, 2009:63). Pengarahan dengan pertanyaan yang mengandung kecaman, pengarahan, dengan argumen-argumen atau logika. Al-Qur’an penuh dengan ayat-ayat yang menjadikan metode pemberian nasehat sebagai dasar dakwah sebagai jalan menuju kebaikan bagi individu dan petunjuk bagi seluruh alam. Sebagaimana firman Allah Ta’ala dalam Q.S Al-Anbiya Ayat 22 :

لَوْ كَانَ فِيهِمَا ءِآهَةٌ إِلَّا اللَّهُ لَفَسَدَتَا فَسُبْحٰنَ اللَّهِ رَبِّ الْعَرْشِ عَمَّا يَصِفُونَ ﴿٢٢﴾

Artinya: “ Sekiranya ada di langit dan di bumi tuhan-tuhan selain Allah, tentulah keduanya itu telah rusak binasa. Maka Maha Suci Allah yang mempunyai ‘Arsy daripada apa yang mereka sifatkan”

## 3. Pola Asuh dengan Perhatian atau Pengawasan

Meliputi perhatian dalam pendidikan sosialnya, terutama praktik dalam pembelajaran, pendidikan spiritual, moral dan konsep pendidikan yang berdasarkan pada nilai imbalan (reward) dan hukuman (punishment) terhadap

anak. Pemberian hadiah konsepnya hampir sama dengan memberikan pujian. Sebagaimana firman Allah Ta'ala dalam Qur'an Surah Luqman ayat 13 yaitu:

وَإِذْ قَالَ لُقْمَانُ لِابْنِهِ وَهُوَ يَعِظُهُ يَا بُنَيَّ لَا تُشْرِكْ بِاللَّهِ إِنَّ الشِّرْكَ لَظُلْمٌ عَظِيمٌ

Artinya: "Dan (ingatlah) ketika Luqman berkata kepada anaknya, di waktu ia memberi pelajaran kepadanya: "Hai anakku, janganlah kamu mempersekutukan Allah, sesungguhnya mempersekutukan (Allah) adalah benar-benar kezaliman yang besar"

### **Berdasarkan Prinsip Maqashid Syariah :**

#### **1. Memelihara Jiwa (Hifz al-Nafs)**

Untuk kesehatan fisik, memastikan anak mendapatkan gizi yang cukup dan seimbang sangat penting untuk menjaga kesehatan fisiknya. Pola asuh yang baik akan memperhatikan kebutuhan nutrisi anak dan memastikan bahwa anak mendapatkan makanan yang sehat dan bergizi. Pola asuh yang penuh kasih sayang dan perhatian juga berkontribusi pada kesehatan mental dan emosional anak, ini juga termasuk memberikan lingkungan yang aman dan mendukung, yang juga berpengaruh pada status gizi anak karena stress dan kondisi emosional dapat mempengaruhi nafsu makan dan kesehatan secara keseluruhan.

#### **2. Memelihara Keturunan (Hifz al-Nasl)**

Orang tua memiliki tanggung jawab untuk membesarkan anak-anak mereka dengan baik, termasuk memastikan mereka tumbuh sehat dan kuat. Ini mencakup pemberian makanan yang bergizi serta pendidikan tentang kebiasaan makan yang baik. Memberikan edukasi tentang pentingnya gizi dan kesehatan kepada anak-anak adalah bagian dari memelihara keturunan yang sehat. Pendidikan ini akan

membantu anak-anak tumbuh menjadi individu yang sadar akan pentingnya kesehatan dan gizi dalam kehidupan mereka.

### 3. **Memelihara Akal (Hifz al-'Aql)**

Gizi yang baik sangat penting untuk perkembangan otak anak. Pola asuh yang baik akan memastikan bahwa anak-anak mendapatkan nutrisi yang dibutuhkan untuk perkembangan kognitif yang optimal. Pola asuh yang baik juga mencakup pemberian stimulasi yang tepat dan pendidikan yang baik untuk mendukung perkembangan intelektual anak. Ini akan memastikan anak-anak tumbuh menjadi individu yang cerdas dan berpengetahuan.

### 4. **Memelihara Harta (Hifz al-Mal)**

Pola asuh yang baik akan mengajarkan anak tentang bagaimana pentingnya pemanfaatan sumber daya dengan bijak, termasuk dalam hal makanan dan nutrisi. Ini akan membantu mereka menghargai dan tidak menyia-nyiakkan makanan. Pola asuh yang baik dan pemenuhan gizi yang optimal adalah manifestasi dari upaya untuk memelihara jiwa, keturunan, akal dan harta dalam kehidupan sehari-hari.