

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Kebiasaan Konsumsi Makanan cepat saji

2.1.1 Konsep Makanan cepat saji

Makanan cepat saji atau *fast food* juga dikenal masyarakat dengan sebutan *junk food*. Secara harfiah makanan cepat saji diartikan sebagai *junk food* (makanan sampah) atau makanan tidak bergizi. Istilah ini artinya makanan cepat saji dianggap tidak memiliki nilai gizi yang baik bagi tubuh (Pamelia, 2019). Makanan cepat saji merupakan makanan yang dapat disajikan dalam waktu sesingkat-singkatnya (Laksono et al., 2022). Makanan cepat saji merupakan makanan yang telah diproses berulang kali dengan penyajian akhir secara cepat memiliki jenis makanan yang banyak mengandung lemak dan gula namun rendah vitamin, mineral, serat dan zat gizi mikro lainnya yang dibutuhkan tubuh (Aulia et al., 2022). Makanan cepat saji adalah makanan yang tersedia dengan cepat dan mudah diproses kapanpun, seperti ayam goreng, pizza, hamburger, kentang goreng, pasta, nugget, hot dog, kentang goreng, dan lain sebagainya (Ranggayuni & Nuraini, 2021). Makanan cepat saji adalah makanan yang mudah dikemas, mudah disajikan, nyaman atau disiapkan secara sederhana (Ranggayuni & Nuraini, 2021).

Produk makanan cepat saji merupakan makanan yang mengandung bahan kimia, pewarna, dan minyak/lemak berlebih yang tinggi sehingga makanan cepat saji dianggap sebagai makanan minim nutrisi (Wani et al.,

2018). Makanan cepat saji adalah makanan tidak sehat dibandingkan makanan rumahan karena mengandung lebih banyak garam, lemak, dan kalori serta lebih mahal (Ameen et al., 2018). Makanan cepat saji (*fast food*) adalah makanan populer karena penyajian yang cepat, banyak tersedia dimanapun, mudah didapat, dan rasanya enak (Lestari et al., 2021). Makanan cepat saji adalah produk makanan yang tinggi garam, gula, lemak jenuh dan energi (kalori) serta mengandung sedikit atau bahkan tidak mengandung protein, vitamin atau mineral, contohnya seperti permen, minuman ringan, minuman energi, keripik, dan makanan penutup atau manisan (Amer et al., 2022).

Makanan cepat saji adalah makanan yang telah dimasak sebelumnya kemudian nantinya dapat disiapkan dan disajikan dengan cepat. Ini juga disebut sebagai makanan sampah (*junk food*). Makanan cepat saji bukan hanya makanan jalanan. Namun juga makanan yang disediakan di bawah standar di hotel, restoran, jasa katering makanan, dengan cara penyajian dan waktu yang membuat singkat (Roja et al., 2022). Makanan cepat saji adalah makanan yang sangat digemari akhir-akhir ini yang di dalamnya mengandung berbagai bahan yang dapat mengganggu sistem tubuh (Halim et al., 2023).

2.1.2 Jenis Makanan Cepat Saji

Jenis makanan cepat saji menurut (Laksono et al., 2022) diantaranya sebagai berikut : *Pizza, Fried chicken, French fries, Spaghetti, Nugget, Sosis, Ice cream, Mie ayam, Siomay, Martabak, Bakso, Pempek*. Terdapat

dua macam *fast food* , yaitu *fast food* western dan *fast food* lokal (Rahmatika, 2019).

a) *Fast Food Western*

Beberapa makanan cepat saji yang tergolong *fast food* modern adalah ayam goreng (*fried chicken*), *pizza*, sosis, nugget, hamburger, sandwich, *french fries* (kentang goreng), donat, *ice cream*, *milk shake*, dan *soft drink*.

b) *Fast food* lokal

Beberapa makanan cepat saji yang tergolong *fast food* tradisional adalah bakso, mie goreng, mie ayam, nasi goreng, soto, sate, batagor dan martabak.

Terdapat 3 jenis makanan cepat saji yang paling banyak digemari anak-anak yaitu sosis sebanyak 45 anak (64,3%), *nugget* sebanyak 41 anak (58,6%), dan kentang goreng sebanyak 48 anak (68,6). %) (Hartian & Harahap, 2023).

1. Sosis

Sosis adalah suatu produk pangan yang diperoleh dari campuran daging cincang dengan tepung atau tepung kanji dengan atau tanpa tambahan bumbu dan bahan tambahan makanan lain yang diperbolehkan dan diperbolehkan dimasukkan ke dalam selubung sosis (Badan Standardisasi Nasional, 1995). Ada banyak jenis olahan daging sapi yang digunakan dalam makanan cepat saji, daging yang diolah menjadi sosis, daging kemasan yang diolah dengan beberapa cara pengolahan seperti pengawetan,

penggaraman, fermentasi, dan pengasapan yang dapat membahayakan kesehatan jika dikonsumsi jangka panjang (WHO, 2015).

2. *Nugget*

Nugget merupakan salah satu makanan yang dihasilkan dari daging ayam yang mempunyai rasa tertentu, biasanya berwarna kuning keemasan. *Nugget* adalah produk ayam yang dibentuk dari daging ayam cincang yang dibaluri remahan tepung roti menggunakan perekat adonan telur (Barata, 2021). Perusahaan-perusahaan *Nugget* umumnya menggunakan TBHQ (*tersier Butyl hidroxy Quinoli*), MSG (*Mono Sodium Glutamate*), *dimethylpolysiloxane anti-foaming agen*, *sodium*, dan *hidrogenasi minyak kacang kedelai*. Proses pembuatannya tentu saja menggunakan bahan-bahan yang menghilangkan banyak protein. Proses pembuatan menggunakan begitu banyak jenis pengawet makanan dari yang alami hingga bahan kimia (Barata, 2021).

3. Kentang Goreng

Kentang goreng atau biasa disebut *French fries* merupakan produk olahan kentang yang termasuk dalam kategori makanan ringan yang digemari oleh semua kalangan khususnya anak-anak. Kentang goreng sering kali dijual dalam keadaan beku (*instant frozen*) dan dapat dikonsumsi setelah melalui proses penggorengan terlebih dahulu (Butue et al., 2019). Kentang goreng merupakan salah satu makanan olahan kentang yang disukai semua kalangan

terutama anak-anak dan remaja. Banyak orang yang tertarik dengan masakan ini karena rasanya yang enak dan harga yang terjangkau namun disisi lain kentang goreng dapat menyebabkan berbagai penyakit seperti peningkatan kadar kolesterol, stroke, jantung koroner bahkan kanker (Butue et al., 2019).

2.1.3 Dampak Kebiasaan Konsumsi Makanan cepat saji

Kebiasaan rutin mengonsumsi makanan cepat saji dapat berdampak buruk bagi kesehatan anak-anak. Terlalu banyak mengonsumsi makanan cepat saji dapat meningkatkan risiko berbagai penyakit seperti hipertensi, obesitas, diabetes, dan *dyslipidemia* (Laksono et al., 2022). Anak yang mengonsumsi makanan cepat saji melebihi batas wajar berisiko mengalami obesitas atau kelebihan berat badan (Pamelia, 2019). Kebiasaan mengonsumsi camilan yang rendah gizi dan makanan cepat saji menyebabkan remaja tidak mampu memenuhi kebutuhan zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuhnya untuk proses pembentukan hemoglobin (Hb). Bila hal ini terjadi dalam jangka waktu yang lama, maka dapat menyebabkan penurunan kadar Hb yang berujung pada kejadian anemia (Aulia et al., 2022).

Alih-alih memberikan tambahan energi, makanan cepat saji justru dapat menyebabkan kekurangan energi. Dalam waktu yang singkat, gula membuat anak merasa berenergi, bahagia, dan bersemangat karena digunakan oleh tubuh untuk energi. Namun gula rafinasi, yaitu jenis gula yang biasa ditemukan pada makanan cepat saji menyebabkan kadar gula darah cepat turun karena cepat dicerna oleh tubuh yang dapat menyebabkan

rasa mudah lelah, lapar, sehingga sulit untuk berkonsentrasi ketika belajar (Jia et al., 2022).

Mengonsumsi makanan cepat saji terus menerus dapat menyebabkan pembengkakan pada bagian otak yang berperan besar dalam pemusatan konsentrasi. Makanan cepat saji dapat menyebabkan konsentrasi anak memburuk (Jia et al., 2022). Sebuah penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa sarapan dengan makanan cepat saji yang tinggi lemak dan gula selama 4 hari berturut-turut menyebabkan gangguan pada konsentrasi pembelajaran dan memori otak anak. Hasil menunjukkan dari 127 partisipan yang masuk kedalam eksperimen grup kontrol tersebut menunjukkan penurunan kualitas dan fungsi kerja otak (Attuquayefio et al., 2017).

2.1.4 Konsep Pola Makan

Pola makan diartikan sebagai suatu keadaan yang menggambarkan variasi makanan dan kuantitas makanan yang biasa dikonsumsi oleh seorang individu. Pola makan merupakan cara seseorang dalam memenuhi kebutuhan zat gizi yang diperlukannya, yang diwujudkan dalam bentuk konsumsi berbagai macam makanan, waktu makan, frekuensi makan, dan kebiasaan makan. Kebiasaan makan merupakan sebuah pola atau rutinitas yang memiliki korelasi dengan perilaku seseorang mengenai pengaturan pola makannya (Tobelo et al., 2021).

Konsumsi pola makan seimbang mengacu pada pola pengaturan jumlah makanan yang dikonsumsi untuk memastikan adanya keseimbangan gizi dalam tubuh. Makanan seimbang yang terkandung pada makanan

utama, protein hewani dan protein nabati, buah-buahan, dan sayur-sayuran adalah makanan yang mengandung banyak kandungan zat gizi didalamnya dan termasuk kebutuhan zat gizi yang penting. Pola atau kebiasaan makan individu adalah data yang menggambarkan beragam jenis dan banyaknya makanan yang dikonsumsi per hari oleh tiap individu. Dalam hal ketidakeimbangan zat gizi yang dicerna oleh tubuh kita, maka akan menyebabkan ketidakseimbangan pula dalam pengaturan kebiasaan makan seseorang tersebut. Ketika pola konsumsi harian kita tidak seimbang dan sesuai kebutuhan, energi yang disuplai ke tubuh kita juga tidak akan sesuai dengan energi yang dibutuhkan untuk setiap kegiatan yang kita lakukan (Putri, 2023).

Sedangkan untuk mengetahui pola konsumsi pada masing-masing individu terdapat survei konsumsi makanan dilakukan untuk mengetahui kebiasaan makan dan gambaran tingkat kecukupan bahan makanan dan zat gizi pada tingkat kelompok, rumah tangga dan perorangan serta faktor-faktor yang berpengaruh terhadap konsumsi makanan tersebut (Purnamasari et al., 2022). Metode-metode untuk pengukuran konsumsi secara kuantitatif antara lain:

a. Metode *food recall* 24 jam

Metode ini harus dilakukan sedalam mungkin secara jelas agar responden dapat mengungkapkan jenis bahan makanan dan perkiraan jumlah bahan makanan yang dikonsumsinya beberapa hari yang lalu. Biasanya “recall” ini dilakukan untuk 2-3 hari yang lalu.

b. Metode *Food Frequency Questionnaire* (FFQ)

FFQ merupakan kuesioner yang menggambarkan frekuensi responden dalam mengonsumsi beberapa jenis makanan dan minuman. Frekuensi konsumsi makanan dilihat dalam satu hari, atau minggu, atau bulan, atau dalam waktu satu tahun. Kuesioner terdiri dari list jenis makanan dan minuman.

2.2 Konsentrasi Belajar

2.2.1 Konsep Konsentrasi Belajar

Konsentrasi belajar adalah pemusatan perhatian dalam proses perubahan tingkah laku yang dinyatakan dalam bentuk penguasaan, penggunaan, dan penilaian mengenai sikap dan nilai-nilai, pengetahuan dan kecakapan dasar yang terdapat dalam berbagai bidang studi (Aviana & Hidayah, 2019). Konsentrasi belajar pada anak merupakan kemampuan untuk memusatkan perhatian pada obyek atau hal yang sedang dipelajari (Isnawati, 2020). Konsentrasi belajar merupakan cerminan kemampuan kognitif anak sehingga berperan penting dalam menciptakan suasana belajar yang kondusif yang dapat meningkatkan tingkat keberhasilan belajar pada anak (Gede Yenny, 2022).

2.2.2 Faktor yang Mempengaruhi Konsentrasi Belajar

Konsentrasi belajar pada dasarnya dimiliki oleh setiap orang, hanya saja yang membedakan pada besar atau kecilnya tingkat konsentrasi yang dimiliki. Hal ini dipengaruhi oleh keadaan masing-masing anak baik dari lingkungan dan latihan/pengalaman. Konsentrasi belajar merupakan

kebiasaan yang dapat dilatih dan dapat terus berubah, bukan bakat atau bawaan dari lahir (Zhafirah, 2019).

Menurut (Thabrany, 1995) dalam (Zhafirah, 2019), ada dua faktor yang dapat mengganggu konsentrasi belajar, antara lain :

1. Faktor internal yaitu faktor yang timbul dari dalam diri anak, diantaranya tekad yang kurang kuat untuk belajar, sifat emosi, reaksi terhadap lingkungan misalnya ketika dua anak sedang berbisik-bisik, anak lainnya merasa sedang membicarakan dirinya padahal tidak, ingin ikut bergabung oleh teman lainnya, haus, lapar, dan daya tahan tubuh.
2. Faktor eksternal yaitu faktor yang bersumber dari luar diri anak. Seperti suara gaduh, teman dan orang disekitar anak yang bertanya atau mengajak bicara, sumber energi anak berupa makanan, tempat belajar yang menghadap jendela atau jalan, tidak tersedianya alat-alat yang diperlukan, kondisi meja, kursi, suhu ruang dan kondisi ruangan belajar, dan cara menyusun jadwal urutan belajar.

2.2.3 Aspek-Aspek Konsentrasi Belajar

Menurut Menurut (Chyquitita et al., 2018) indikator aspek-aspek konsentrasi belajar siswa meliputi :

a) Aspek Kognitif

Kemampuan siswa untuk berfikir yang ditandai dengan :
Dapat memahami setiap materi yang disampaikan, kesiapan pengetahuan yang dapat hadir bila diperlukan, serta dapat mengaplikasikan pengetahuan yang ada.

b) Aspek Afektif

Perilaku yang berkaitan dengan penerimaan terhadap materi yang sedang disampaikan ditandai oleh: Adanya penerimaan atau tingkat perhatian tertentu terhadap sumber informasi(guru), selalu bersikap aktif dengan bertanya dan memberikan argumentasi mengenai materi pelajaran yang disampaikan

c) Aspek Psikomotor

Kemampuan yang menyangkut aktivitas fisik atau keterampilan mengerjakan sesuatu, ditandai dengan: Adanya gerakan anggota badan yang tepat atau sesuai dengan petunjuk guru, Membuat catatan atau menulis informasi, membuat jawaban atau mengerjakan tugas.

2.2.4 Indikator Konsentrasi Belajar anak pra sekolah

Konsentrasi belajar siswa dipengaruhi dari kemampuan otak masing-masing siswa untuk memusatkan perhatian pada apa yang sedang dipelajari. Pemusatan perhatian ini untuk meningkatkan kemungkinan siswa dapat menyerap dan memahami informasi yang didapat. Indikator konsentrasi belajar bermacam-macam jumlah dan aspek yang mempengaruhinya, hasil modifikasi dari gabungan tujuh indikator konsentrasi belajar menurut Engkoswara dan dua indikator konsentrasi belajar menurut Slameto (Nuramaliana, 2016: 25), sehingga keseluruhan indikator konsentrasi belajar yang digunakan berjumlah sembilan indikator yaitu:

1. Adanya penerimaan atau perhatian pada materi pelajaran.
2. Merespon materi yang diajarkan.

3. Adanya gerakan anggota badan yang tepat sesuai dengan petunjuk guru.
4. Mampu mengaplikasikan pengetahuan yang diperoleh.
5. Mampu menganalisis pengetahuan yang diperoleh.
6. Mampu mengemukakan ide/pendapat.
7. Kesiapan pengetahuan yang didapat segera muncul bila diperlukan.
8. Berminat terhadap mata pelajaran yang dipelajari.
9. Tidak bosan terhadap proses pembelajaran yang dilalui.

Sedangkan 3 indikator konsentrasi belajar anak pra sekolah yang telah difokuskan menjadi lebih sederhana menurut (Feriani, 2020) yaitu :

- 1) Perhatian fokus ketika anak dikelas
- 2) Anak berfikir dengan fokus
- 3) Anak menjaga sikap untuk tetap fokus pada saat pembelajaran

2.3 Anak Pra Sekolah

2.3.1 Konsep Anak Pra Sekolah

Anak prasekolah adalah anak berusia antara 3 dan 5 tahun (Hockenberry & Wilson, 2015). Definisi ini juga sejalan dengan definisi (Potter, P. A. and Perry, 2010) bahwa pada masa prasekolah, yaitu pada usia 3 sampai 5 tahun, anak akan melatih kemampuan mengendalikan tubuhnya dan menunggu untuk mulai bersekolah secara resmi. Anak prasekolah atau prasekolah adalah individu berusia 0-6 tahun yang sedang tumbuh dan berkembang sebagai persiapan menghadapi masa depan (Apriliani et al., 2020). Anak-anak prasekolah adalah penjelajah, ilmuwan, seniman, dan peneliti. Mereka senang terus belajar dan menemukan cara berteman, cara berinteraksi dengan dunia, dan cara mengendalikan tubuh, emosi, dan pikiran (Markham, 2019).

Anak pra sekolah usia 4-6 tahun adalah anak dengan pertumbuhan dan perkembangan yang pesat karena pada tahap ini anak berada pada masa keemasan (*golden period*), jendela kesempatan (*window of opportunity*), dan masa kritis (*critical period*) karena periode ini sel-sel otak berkembang dengan pesat yang membentuk dasar-dasar kepribadian manusia, kemampuan penginderaan, berpikir, kemampuan berbahasa dan bicara serta tingkah laku sosialnya (Depkes RI, 2010).

2.3.2 Perkembangan Anak Pra Sekolah

Berbeda dengan pertumbuhan, perkembangan adalah suatu perubahan fungsional yang bersifat kualitatif, baik dari fungsi-fungsi fisik maupun mental sebagai hasil keterkaitannya dengan pengaruh lingkungan.

Perkembangan dapat juga dikatakan sebagai suatu urutan-urutan perubahan yang bersifat sistematis, dalam arti saling kebergantungan atau saling mempengaruhi antara aspek-aspek fisik dan psikis dan merupakan satu kesatuan yang harmonis (Tubalawony, 2021).

Perkembangan anak merupakan bagian mendasar dari perkembangan manusia, menekankan bahwa struktur otak terbentuk pada tahun-tahun pertama kehidupan, dari interaksi genetika dan pengaruh lingkungan yang. Manusia secara bersamaan mengalami pertumbuhan dan perkembangan fisik, kognitif, psikososial, moral, dan spiritual, dengan masing-masing aspek menjadi bagian penting dari keseluruhan pribadi (Mansur, 2019).

2.3.3 Kebiasaan Makan Anak Pra Sekolah

Ketersediaan bekal anak, jajanan sehat maupun tidak sehat di sekolah berpengaruh terhadap pemilihan makanan jajanan pada anak-anak. Anak akan lebih cenderung untuk membeli makanan jajanan yang tersedia paling dekat dengan keberadaannya. Anak-anak usia pra sekolah cenderung memilih pada makanan yang disukai dan mana yang tidak. Anak-anak mempunyai sifat yang berubah-ubah terhadap makanan. Seringkali anak memilih makanan yang salah terlebih lagi jika tidak dibimbing oleh orang tuanya, terutama anak usia pra sekolah selalu ingin mencoba makanan yang baru dikenalnya (Iklima, 2017).

Karakteristik rasa, warna, bentuk yang lucu dan menarik, seringkali menjadi faktor penentu anak dalam memilih makanan. Adapun faktor gizi seringkali tidak menjadi faktor pertimbangan. Hal ini tentu akan

berpengaruh terhadap kecukupan dan kebutuhan gizi anak yang sedang dalam masa pertumbuhan yang pesat. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Amalia mengenai referensi dan frekuensi konsumsi makanan pada anak usia dini di wilayah Bogor dengan jumlah total responden 80 siswa yakni didapatkan urutan kelompok makanan dengan frekuensi konsumsi tertinggi hingga terendah adalah makanan digoreng, minuman, kue, jajanan sepinggan, dan buah. Makanan digoreng seperti bakso goreng, tempe goreng, chicken nugget, dan cireng, merupakan makanan yang paling sering dikonsumsi anak (Amalia et al., 2012)

2.4 Mekanisme Kebiasaan Konsumsi Makanan Cepat Saji Terhadap Konsentrasi Belajar Anak Pra Sekolah

Kebiasaan mengonsumsi makanan yang rendah gizi dan makanan cepat saji menyebabkan anak tidak mampu memenuhi kebutuhan zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuhnya untuk proses pembentukan hemoglobin (Hb). Bila hal ini terjadi dalam jangka waktu yang lama, maka dapat menyebabkan penurunan kadar Hb yang berujung pada kejadian anemia. Karena kebutuhan zat besi yang tinggi dan tubuh kekurangan suplai maka timbulah tanda gejala, gejala anemia pada anak biasanya sering mengalami pusing, cepat merasa lelah, tidak bertenaga atau bergairah dalam beraktivitas sehingga dapat mengganggu kegiatan konsentrasi belajar pada anak dan remaja (Husna & Saputri, 2022).

Penurunan konsentrasi belajar pada anak dapat disebabkan oleh faktor eksternal seperti asupan yang dikonsumsi sehari-hari. Gejala perilaku seperti hiperaktif, sebaliknya mudah mengantuk ataupun melamun dapat dipengaruhi oleh faktor pola konsumsi (Romadona et al., 2021). Keadaan ini merupakan masalah

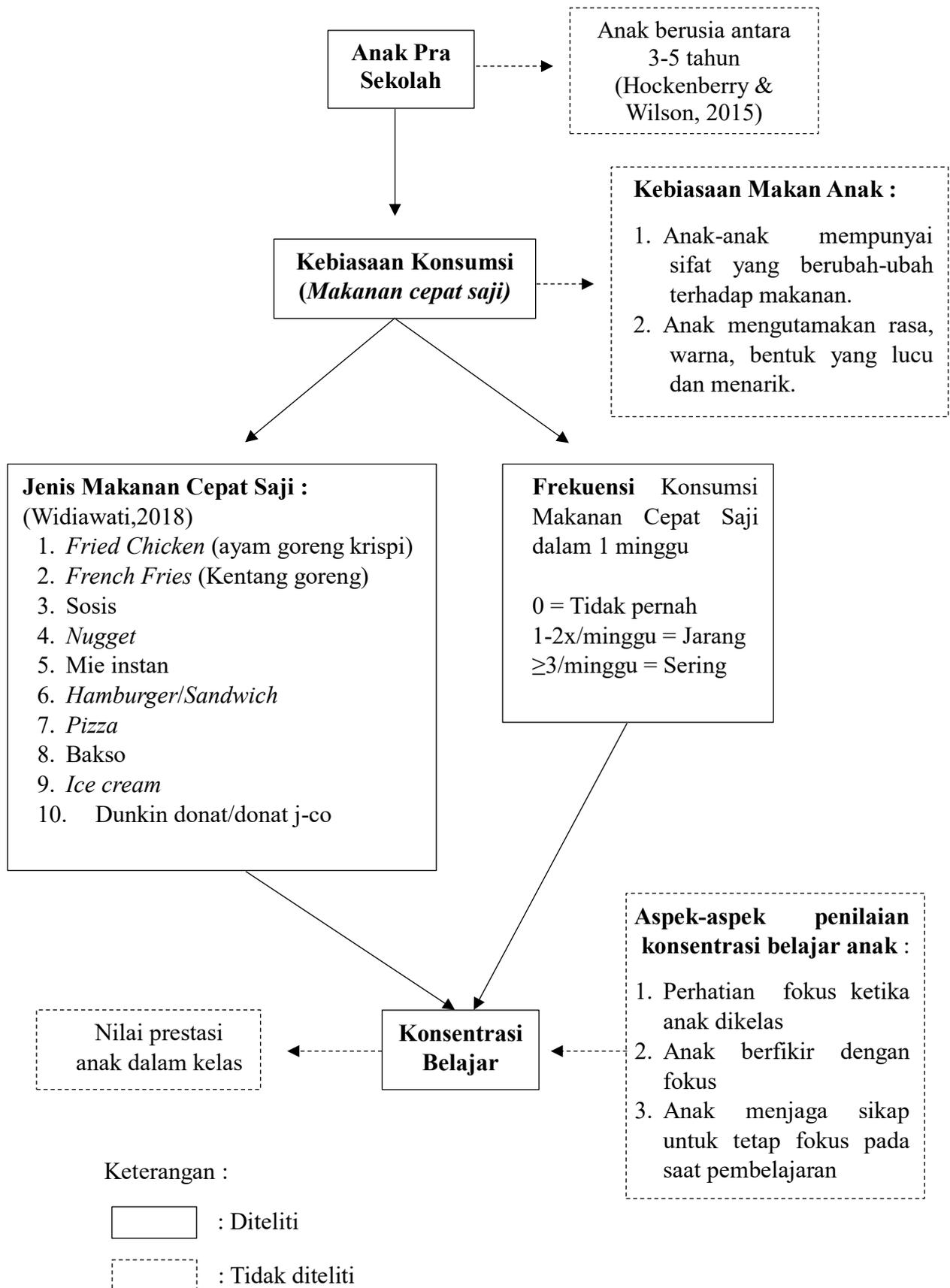
yang semakin meningkat di kalangan anak-anak dan remaja. Maka dari itu, tidak sedikit anak-anak dan remaja yang sering mengonsumsi makanan cepat saji biasanya memiliki kesulitan dalam berkonsentrasi di sekolah (Aulia et al., 2022). Pemilihan jenis makanan pada anak yakni makanan cepat saji biasanya mengandung tinggi kalori, lemak, garam, gula, namun rendah serat dan vitamin, apalagi cenderung berasa gurih atau asin. Selain dapat menyebabkan obesitas dan masalah status gizi lainnya, konsumsi makanan cepat saji secara berlebihan dapat menyebabkan gangguan kinerja pada otak yang membuat fungsi hipotalamus terganggu sehingga produksi kelenjar hipofisis (pituitari) tidak maksimal dalam penyebaran dalam tubuh (Jokomarsono et al., 2022).

Makanan cepat saji yang banyak digemari tidak hanya menyebabkan kegemukan atau hipertensi, makanan cepat saji banyak mengandung bahan kimia makanan seperti MSG (*Monosodium Glutamat*). MSG secara tidak langsung dapat membuat anak mengalami penurunan fungsi kognitif otak. Fungsi kognitif otak antara lain adalah berpikir secara logis, mengambil keputusan, merekam informasi ke dalam ingatan, menyelesaikan masalah dan menjaga konsentrasi anak. Sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Wahyuni (2017) angka kejadian penurunan fungsi kognitif adalah 0,9% pada anak dibawah 4 tahun dan 1,94% pada anak yang berumur 4-14 tahun serta hasil evaluasi langsung terhadap anak usia sekolah, angka kejadiannya 3,8 kali lebih tinggi.

Glutamat dalam penyedap rasa memiliki banyak reseptor yang ada di hipotalamus. Oleh karena itu, efek sering mengonsumsi glutamat di otak dapat sangat membahayakan. Reseptor-reseptor dalam otak menjadi terstimulasi (terangsang) secara berlebihan akibat kadar glutamat yang tinggi. Bila terus-

menerus terjadi, alhasil aktivitas reseptor yang berlebihan dapat menyebabkan kematian neuron. Kematian neuron berarti fungsi kognitif otak akan menurun yang berdampak pada fungsi pemusatan konsentrasi belajar (Rochmah & Utami, 2022).

2.5 Kerangka Teori



2.6 Hipotesis

H0 : Tidak ada hubungan yang signifikan hubungan kebiasaan konsumsi *makanan cepat saji* dengan konsentrasi belajar pada anak pra sekolah.

H1 : Ada hubungan yang signifikan hubungan kebiasaan konsumsi *makanan cepat saji* dengan konsentrasi belajar pada anak pra sekolah.