

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

Anak prasekolah merupakan anak dengan rentang usia 3–6 tahun. Usia 1–3 tahun (batita) disebut kelompok pasif dimana anak masih tergantung penuh kepada orang tua atau orang lain yang mengasuhnya untuk melakukan kegiatan penting seperti mandi, buang air dan makan. Setelah memasuki usia 4 tahun, kelompok ini sudah mulai termasuk dalam kelompok konsumen aktif dimana ketergantungan terhadap orang tua atau pengasuhnya mulai berkurang dan berganti pada keinginannya untuk melakukan banyak hal seperti mandi dan makan sendiri meskipun masih dalam keterbatasannya (Damayanti dkk, 2017).

Masa pra pendidikan formal menjadi periode emas untuk membentuk dan menanamkan banyak hal pada anak-anak sehingga hal tersebut bisa menjadi kebiasaan ketika anak sudah tumbuh semakin dewasa (*long lasting behavior*). Pembentukan SDM yang berkualitas, baik sehat secara fisik maupun psikologis sangat bergantung dari proses tumbuh dan kembang anak pada usia dini. Pada masa ini anak mengalami tumbuh kembang yang luar biasa, baik dari segi fisik, motorik, emosi, kognitif maupun psikososial. Perkembangan kecerdasan pada masa ini mengalami peningkatan dari 50% menjadi 80%, pada masa ini merupakan masa dasar pertama dalam mengembangkan kemampuan fisik, kognitif, bahasa, sosial emosional, konsep diri, disiplin, kemandirian, serta nilai-nilai moral agama, oleh karena itu diperlukan kondisi dan stimulasi yang sesuai untuk tumbuh kembang anak salah satunya peningkatan dan pemenuhan gizi anak (Aidid. K, Side. M, 2017).

*Lunch box* atau bekal makanan merupakan faktor pendukung untuk memenuhi gizi anak. Anak perlu diatur dalam menu makanannya tidak boleh diberikan makanan sembarangan pada anak seperti chiki dan permen. Lembaga sekolah harus mempunyai aturan yang ketat mengenai pembawaan bekal makanan pada anak, membatasi konsumsi MSG, mie instan dan jenis permen pada anak. Aturan yang sesuai berupa aturan

tertulis. Sehingga sekolah dan orang tua bisa bekerjasama dalam meningkatkan pemenuhan gizi anak (Hamidah, 2022).

Penerapan bekal makan yang sehat bagi anak usia dini merupakan tindakan yang sangat bijaksana, selain mencukupi kebutuhan gizi, bekal makanan merupakan cara menghindari jajanan yang belum tentu sehat. Maraknya penggunaan zat kimia berbahaya dalam makanan jajanan, seperti pewarna, pemberi rasa hingga pengawet perlu diwaspadai. Salah satu cara agar terhindar dari makanan jajanan yang tidak sehat dengan membekali anak bekal makanan sehat (Aidid. K, Slide. M, 2017).

Dengan membawa bekal makanan ke sekolah, anak-anak juga dapat belajar mengurangi kebiasaan jajan sembarangan. Selain itu, bekal makanan juga memiliki beberapa manfaat seperti : menyediakan nutrisi bagi anak, membantu mengontrol makanan anak setiap hari, serta meningkatkan energi dan performa di kelas (Aztriani, 2020).

Modifikasi dalam keluarga dalam meningkatkan nafsu makan anak adalah memperhatikan variasi makanan agar anak tidak bosan dalam pemenuhan nutrisi. Variasi makanan adalah susunan menu yang dihidangkan secara menarik dengan memperlihatkan rasa, warna, bentuk, kekerasan dan susunan makanan yang dibuat. Anak memilih hidangan yang dikategorikan pada makanan yang baik dari segi bentuk, warna, aroma, tekstur dan rasa, sehingga diharapkan dapat mengatasi sulit makan pada anak. Menu makan anak usia dini haruslah makanan yang sehat. Makanan yang sehat adalah makanan yang mengandung gizi seimbang. Yang dimaksud dengan gizi seimbang adalah makanan yang dikonsumsi mengandung beraneka ragam zat tenaga, zat pembangun dan zat pengatur dalam takaran porsi makan yang sesuai dengan kebutuhan tubuhnya (Nurliyati & Munastiwi, 2018).

Pola asuh orang tua sangat berpengaruh terhadap pembentukan karakter anak. Dengan cara ini, gaya pengasuhan yang berbeda akan menghasilkan kepribadian dan kemandirian anak yang berbeda. Ada tiga jenis pola asuh orang tua yaitu: otoriter, permisif dan demokratis (Mantali et.al, 2018).

Pola asuh yang baik dalam pemberian makan pada anak adalah dengan cara otoritatif. Orang tua dengan pola asuh otoritatif menetapkan ekspektasi yang jelas dan standar yang tinggi serta memonitoring perilaku anak-anak, menggunakan disiplin penalaran. Peran ibu dalam pertumbuhan dan perkembangan anak sangatlah dominan untuk mengasuh dan mendidik anak agar tumbuh dan berkembang menjadi anak yang berkualitas. Pola asuh yang diterapkan oleh ibu dapat berpengaruh terhadap pertumbuhan anak khususnya status gizi anak (Nyanyi et al., 2019).

Pola asuh gizi adalah perlakuan orang tua dalam keluarga, terlihat pada ketersediaan sumber daya seperti makanan dan perawatan kesehatan, untuk menjamin kelangsungan hidup dan pertumbuhan anak. (Cahyana, 2018). Pola asuh adalah sikap dan perilaku seorang ibu, meliputi pemberian makan, kebersihan dan lingkungan sekitar, pemberian kasih sayang, dan segala sesuatu yang berhubungan dengan kesehatan ibu (Toddler et al., 2022).

Pendidikan adalah bahan untuk mempelajari dan menguasai pengetahuan dan keterampilan. Manfaat pendidikan orang tua yaitu pendidikan orang tua merupakan salah satu faktor terpenting dalam belajar seorang anak. Karena dengan pendidikan yang baik, orang tua dapat memperoleh segala informasi dari luar tentang bagaimana cara mengasuh anaknya yang benar, asupan gizi yang baik atau benar, sehingga orang tua dapat menjaga kesehatan anaknya dan memberikan pendidikan bagi anaknya. Ketika anak memiliki orang tua yang berpendidikan tinggi maka status gizi anak menjadi baik karena adanya pengetahuan, motivasi, dan pengaruh yang dimiliki orang tua dalam memberikan makanan yang baik kepada anaknya. Ibu yang tidak bekerja dapat mengatur pola makan anaknya agar makan makanan yang sehat dan bergizi. Sebanyak 48,3% status gizi anak didominasi oleh rumah tangga yang ibunya tidak bekerja (Toddler et al., 2022).

Status gizi anak sebagai salah satu indikator yang berfungsi dalam mutu sumber daya manusia dimasa mendatang. Status gizi adalah kondisi

perubahan tubuh akibat mengkonsumsi santapan ataupun ukuran keberhasilan dalam pemenuhan nutrisi, terdapatnya penyeimbang antara jumlah konsumsi zat gizi serta jumlah yang diperlukan oleh tubuh untuk bermacam fungsi biologis seperti perkembangan fisik, pertumbuhan kognitif, aktivitas ataupun produktivitas pemeliharaan kesehatan, serta hal lainnya (Andini et al., 2020). Ada beberapa kategori status gizi dibedakan menjadi tiga, antara lain gizi lebih, gizi baik, dan gizi kurang. Status gizi lebih atau gizi kurang disebut sebagai malnutrisi, yakni suatu keadaan patologis akibat kekurangan atau kelebihan secara relatif ataupun absolut satu atau lebih zat gizi (Mardalena, 2017).

Kesulitan makan merupakan ketidakmampuan untuk makan dan menolak makanan tertentu dengan gejala berupa memuntahkan atau menyembur-nyemburkan makanan yang sudah masuk didalam mulut, makan berlama-lama dan memainkan makanan, tidak mengunyah tetapi langsung menelan makanan serta kesulitan makan dan lain sebagainya (Masykuroh, 2020).

Kesulitan makan pada anak sering terjadi pada anak prasekolah sebesar > 20%. Faktor yang mempengaruhi yaitu meliputi cara pemberian makan anak, suasana makan dan variasi makanan dan faktor pengaturan makanan meliputi jenis makanan yang diberikan pada anak, waktu makan serta frekuensi makan anak. Masalah kesulitan makan pada anak dapat berakibat buruk bagi tumbuh kembang anak. Anak dapat mempunyai peluang besar untuk menderita kurang gizi (*Underweight*) karena makanan yang dikonsumsi dalam jumlah sedikit sehingga tidak memenuhi kebutuhan nutrisi. Terdapat berbagai masalah kebiasaan orangtua dalam pemberian makan pada anak. Orangtua tidak menentukan menu yang sebaiknya dimakan anak tetapi cenderung menuruti keinginan anak tanpa ada upaya untuk memberi makanan yang tidak disukai sebelumnya. Orangtua memberikan tekanan pada saat anak makan dengan memaksa anak untuk tetap makan meskipun anak sudah tidak mau (Wahyuni & Chandra, 2018).

Masalah gizi pada anak prasekolah akan berdampak negatif bagi perkembangan kognitif, perilaku, kegiatan belajar di sekolah maupun kegiatan lainnya yang berpengaruh pada kehidupan berikutnya (Abdel-Rahman et al., 2017).

Ada beberapa penyakit akibat dari malnutrisi yang sering terjadi di Negara ini, yaitu : Kekurangan Kalori dan Protein (KKP), Kekurangan Vitamin dan Mineral, Obesitas, Diabetes Melitus, Jantung, Kolesterol, Darah Tinggi dan Kurang Energi Kronis (KEK). Kekurangan Kalori dan Protein (KKP) terjadi jika kebutuhan kalori, protein, atau keduanya di dalam tubuh tidak tercukupi oleh diet. Obesitas terjadi akibat asupan energi yang lebih tinggi daripada energi yang dikeluarkan. Diabetes Melitus merupakan suatu penyakit gangguan metabolisme kronis yang ditandai dengan tingginya kadar gula darah (Mardalena, 2017).

Upaya perbaikan gizi yang telah dilakukan pemerintah Indonesia adalah dengan membuat Pedoman Umum Gizi Seimbang (PUGS) pada tahun 2014. PUGS disempurnakan dengan menetapkan Angka Kecukupan Gizi (AKG). AKG tahun 2018 terdiri dari energi, semua zat gizi mikro (protein, lemak, karbohidrat dan air), 14 vitamin dan 14 mineral termasuk elektrolit dan disederhanakan menjadi makanan pokok, lauk pauk, sayur, buah dan air (Kementrian Kesehatan, 2019).

Dari hasil riset kesehatan dasar (Riskesdas) tahun 2018 yang diselenggarakan oleh kementerian kesehatan melaporkan jika pada anak umur 0- 59 bulan persentase gizi kurang baik di Indonesia ialah sebanyak 3,9%, sedangkan persentase gizi kurang adalah 13,8%. Hal tersebut tidak berbeda jauh dengan hasil pemantauan status gizi (PSG) yang diselenggarakan oleh kementerian kesehatan tahun 2017, yaitu persentase gizi buruk pada balita usia 0-59 bulan sebesar 3,8% dan persentase gizi kurang sebesar 14,0% (Riskesdas,2018).

Berdasarkan hasil pemantauan status gizi profil kesehatan provinsi Sumatera Utara tahun 2019 diketahui bahwa prevalensi gizi buruk tahun 2018 dan 2019 mempunyai angka yang sama yaitu 0,13%, prevalensi gizi kurang jika dibandingkan tahun 2018 meningkat sebesar 0,32%. dikutip

dari hasil pengukuran status gizi yang telah dilaporkan pada profil kesehatan provinsi Sumatera Utara tahun 2019, diperoleh bahwa jumlah gizi buruk (BB/U) pada balita di provinsi Sumatera Utara adalah sebanyak 1.377 orang balita atau sebesar 0,135 dari total keseluruhan anak yang ditimbang (d/s), dimana jumlah 3 kabupaten/kota yang banyak dijumpai gizi buruknya yaitu Mandailing Natal (172 orang), Simalungun (151 orang) serta Medan (116 orang).

Menurut penilaian status gizi anak yang diresmikan pada Peraturan Menteri Kesehatan No.2 Tahun 2020 mengenai standar antropometri evaluasi status gizi anak, sebagaimana dimaksud didalam pasal 4, penilaian status gizi anak dapat diukur sesuai tiga indeks, yaitu berat badan menurut umur (BB/U), tinggi badan berdasarkan umur (TB/U), serta berat badan dari tinggi badan atau BB/TB (kemenkes RI 2020). Nilai status gizi yang baik menurut indeks ( BB/U :-2 SD sampai dengan < 2 SD, TB/U : -2 SD sampai dengan < 2 SD, BB/TB : -2 SD sampai dengan < 2 SD ). idealnya sesuai dengan standar WHO, suatu wilayah dikategorikan baik bila prevalensi balita pendek < 20% dan prevalensi balita kurus < 5%.(RI, 2017)

Hasil penelitian yang dilakukan di TK Az-Zikri Perbaungan jumlah anak tk adalah 70 orang. Pada saat penelitian berlangsung sampel dari 43 orang menjadi 37 orang dikarenakan 3 orang anak tk sudah mengalami perbaikan gizi sehingga menjadi gizi lebih dan 3 orang anak tk lagi pindah domisili sehingga tidak masuk kedalam sampel peneliti. Maka total sampel pada penelitian ini adalah 37 orang anak tk.

Dari *Recall* 24 jam yang dilakukan selama 3 hari berturut didapatkan hasil energi sebanyak 37 anak tk masuk kategori defisit, hasil karbohidrat sebanyak 37 anak tk masuk kategori defisit, serta hasil protein sebanyak 19 anak tk masuk kategori sedang, sebanyak 7 anak tk masuk kategori kurang dan sebanyak 11 anak tk masuk kategori defisit.

Berdasarkan uraian latar belakang, peneliti melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Makanan Bekal Yang Bervariasi Dan Pola Asuh Terhadap Status Gizi Anak Prasekolah TK Az-Zikri Perbaungan”

## **B. Rumusan Masalah**

Bagaimana Pengaruh Pemberian Makanan Bekal Yang Bervariasi Dan Pola Asuh Terhadap Status Gizi Anak Prasekolah TK Az-Zikri Perbaungan?

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui pengaruh pemberian makanan bekal yang bervariasi dan pola asuh terhadap status gizi anak prasekolah TK Az-Zikri Perbaungan.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Menilai makanan bekal yang bervariasi anak prasekolah TK Az-Zikri Perbaungan
- b. Menilai status gizi dengan cara mengukur tinggi badan dan berat badan anak prasekolah TK Az-Zikri Perbaungan
- c. Menilai pola asuh anak prasekolah TK Az-Zikri Perbaungan
- d. Menganalisis pengaruh makanan bekal yang bervariasi terhadap status gizi anak prasekolah TK Az-Zikri Perbaungan
- e. Menganalisis pengaruh pola asuh terhadap status gizi anak prasekolah TK Az-Zikri Perbaungan
- f. Menganalisis pengaruh makanan bekal yang bervariasi dan pola asuh terhadap status gizi anak prasekolah TK Az-Zikri Perbaungan

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Peneliti**

Dapat menambah wawasan dan pengetahuan dalam rangka penerapan ilmu pengetahuan khususnya Gizi Masyarakat tentang pengaruh makanan yang bervariasi dan pola asuh terhadap status gizi anak prasekolah TK Az-Zikri Perbaungan.

### **2. Masyarakat**

Dapat menjadi masukan dan pertimbangan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat tentang pengaruh makanan bekal yang bervariasi dan pola asuh terhadap status gizi anak prasekolah TK Az-Zikri Perbaungan.

### **3. TK Az-Zikri**

Dapat menjadi masukan dan pertimbangan untuk meningkatkan pemahaman ibu dan instansi setempat tentang pengaruh makanan bekal yang bervariasi dan pola asuh terhadap status gizi anak prasekolah TK Az-Zikri Perbaungan.