

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Tumbuh kembang anak sangat dipengaruhi oleh nutrisi yang dikonsumsi setiap hari. Makanan merupakan hal terpenting yang mempengaruhi status gizi karena kualitas dan jumlah makanan dan minuman yang dikonsumsi dapat mempengaruhi kesehatan seseorang dan masyarakat secara keseluruhan. Status gizi seorang anak tidak hanya mempengaruhi perkembangan fisik, tetapi juga kecerdasan, kemampuan mental untuk bekerja secara produktif, terutama pada masa sekolah. Anak sekolah tidak bisa menolak jajan. Selain mempunyai nilai gizi, makanan juga menjadi sarana penyebaran bibit penyakit seperti kuman penyakit. Salah satu orang yang sering mengalami masalah keracunan makanan adalah anak sekolah. Jajanan anak sekolah terancam cemaran biologi atau kimia yang dapat membahayakan kesehatan dalam jangka pendek maupun jangka panjang (Nora *et al.*, 2019).

Masalah gizi buruk masih banyak terjadi di negara-negara berkembang, termasuk Indonesia. Di sisi lain, sebagai akibat dari keberhasilan perekonomian, masalah gizi semakin meningkat di negara-negara berkembang, termasuk Indonesia. Agar masyarakat menjadi lebih baik, pendidikan gizi secara luas harus dilakukan dapat mengubah perilaku guna memperbaiki situasi gizi mereka (Almatsier, 2017).

Tingginya angka kematian bayi dan anak merupakan ciri yang umum dijumpai di negara-negara yang sedang berkembang termasuk Indonesia. Hasil Survei Penduduk Antar Sensus (SUPAS) 2019 menunjukkan AKB sebesar 22,23 per 1.000 kelahiran hidup; ini menunjukkan bahwa target SDGs 2019 telah dicapai sebesar 23 per 1.000 kelahiran hidup (Kemenkes RI, 2019).

Tingginya angka kematian bayi dan Salah satunya adalah asupan gizi yang kurang, yang dapat menyebabkan anak. Sekarang dianggap sebagai masalah ekologi, kekurangan protein dan energi tidak hanya disebabkan oleh kekurangan makanan atau zat gizi tertentu, tetapi juga disebabkan

oleh kemiskinan, sanitasi lingkungan yang buruk, dan ketidaktahuan akan nutrisi (Dwijayanti, Linda. 2018).

Laporan dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menunjukkan bahwa masalah gizi dapat dikaitkan dengan tingginya angka kejadian gizi buruk, yang menunjukkan bahwa kesehatan masyarakat Indonesia berada di urutan terendah di ASEAN, menduduki peringkat 142 dari 170 negara. Pada tahun 2019, data WHO menunjukkan bahwa Indonesia memiliki status gizi buruk 14,5% dari total populasi (WHO, 2019).

Menurut data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Kementerian Kesehatan tahun 2018, prevalensi gizi buruk di Indonesia sebesar 17,7% berdasarkan pengukuran berat badan menurut umur, dengan persentase kategori gizi kurang sebesar 13,0% dan kategori gizi buruk sebesar 3,9%. Dibandingkan dengan target RPJMN (Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional) tahun 2019 sebesar 17% (Kemenkes RI , 2019).

Pada 2019, status gizi anak di Sumatera Utara berada pada tingkat gizi buruk 2,3%, gizi kurang 15,8%, gizi baik 80,8%, dan gizi lebih 1,2%. Pada tahun 2016, tingkat gizi buruk turun menjadi 1,9%, gizi kurang 9,3%, gizi baik 87,2%, dan gizi lebih 1,6%. Pada tahun 2019, tingkat gizi buruk kembali meningkat menjadi 2,1%, gizi kurang 10,2%, gizi baik 86,7%, dan gizi lebih 1,1% (Dinkes Provinsi Sumut, 2019).

Sangat penting bagi ibu untuk memahami gizi seimbang karena peran mereka sebagai pengelola makanan dalam keluarga. Ibu yang tidak tahu tentang nutrisi makanan akan menyajikan makanan yang tidak seimbang. lebih banyak pengetahuan tentang nutrisi yang dimiliki seseorang, maka jenis dan jumlah makanan yang akan dikonsumsi menjadi lebih penting. Mereka yang tidak memiliki pengetahuan gizi yang cukup akan memilih makanan yang paling menggugah panca indera dan tidak akan memilih makanan berdasarkan nilai gizinya. Sebaliknya, mereka yang memiliki pengetahuan gizi yang lebih banyak menggunakan pertimbangan rasional dan pengetahuan mereka tentang nilai gizi makanan tersebut (Sediaoetama, 2018).

Menciptakan makanan yang sehat, enak dan sedap dipandang mata tidaklah sulit. Kebiasaan membawa bekal dari rumah merupakan kebiasaan baik yang sederhana dapat dilakukan oleh anak-anak. Selain itu membawa bekal makanan dari rumah merupakan cara untuk menumbuhkan semangat menghargai buatan dari orangtuanya. Saat ini bekal makanan tidak hanya monoton dalam bentuk nasi dan lauk-pauk yang di tata seadanya pada sebuah tempat makan. Bekal makanan yang monoton juga menyebabkan anak akan bosan untuk memakannya karena tidak menarik. Bekal makanan yang menarik buatan orang tuanya membuat anak merasa bangga dan berdampak pada saat menikmati bekal makanan tersebut. Oleh sebab itu maka pengetahuan pembuatan bekal makanan perlu dilakukan agar dapat memfasilitasi keinginan anak-anak untuk membawa bekal makanan dari rumah. Pelatihan pembuatan makanan atau bento sangat penting dan relevan dengan permintaan ibu-ibu rumah tangga yang menginginkan memasak sendiri bekal makanan untuk anaknya (Eka *et al.*, 2020).

Namun ibu mempunyai waktu yang terbatas untuk mengawasi anaknya di rumah karena anak sering menghabiskan waktunya di sekolah, sehingga ibu tidak dapat sepenuhnya mengontrol kebiasaan makan anaknya. Terkadang anak diberikan uang jajan oleh ibunya saat berangkat ke sekolah untuk membeli makanan (makanan ringan). Kebiasaan seperti ini jelas buruk dan anak sudah terbiasa jajan di sekolah. Dampak negatifnya bagi anak adalah kebiasaan makan yang relatif buruk, nilai gizi yang tidak lengkap, pola makan yang buruk serta tidak tercapainya jumlah zat gizi dan komposisi gizi yang dibutuhkan oleh tubuh. Alternatif yang dapat dilakukan adalah dengan memberikan makanan sehat, bergizi dan higienis kepada anak sekolah yang dibuat oleh ibu sendiri, tentunya dengan persiapan yang matang dan memerlukan ketrampilan serta kreatifitas ibu agar menu makanan anak menarik dan tidak membosankan (Murni *et al.*, 2022).

Menurut Inne *et al.*, 2019 selain mengontrol makanan yang dimakan anak, membawakan Makan siang dapat memenuhi 30% kebutuhan kalori anak, jadi makanan yang sehat adalah penting. tidak hanya bekal yang aman, portabel, dan sehat yang akan memberi mereka energi untuk melakukan

aktivitas sepanjang hari. Jumlah dan variasi makanan yang dikonsumsi berkorelasi positif dengan kontribusi energi dan protein yang dianjurkan.

Agar anak tidak jajan sembarangan, ibu bisa menyiapkan bekal di rumah. Makanan sehat yang bisa dibawa ke sekolah bisa dibentuk seperti bento agar anak tidak bosan dan menyantap bekalnya dengan lahap. Bentuknya yang unik dan berwarna-warni bisa menjadi daya tarik tersendiri bagi anak-anak, seperti halnya bento. Bento merupakan makanan dengan lauk pauk dan sayuran pada umumnya. Namun dalam penyajiannya penataannya lebih menarik dan banyak warnanya sehingga membuat anak-anak semakin berselera makan. Kini, menu sehat kreasi para ibu bisa mencegah ngemil sembarangan. Lebih praktis dan juga menghemat jumlah uang jajan yang dikeluarkan. Selain itu, keamanan makanan yang dimakan anak di sekolah dapat menjamin kesehatannya. Bento dapat meningkatkan nafsu makan dan minat anak terhadap sayuran (Menik *et al.*, 2020).

Hasil penelitian yang dilakukan di TK Az-Zikri Perbaungan jumlah anak TK adalah 70 orang anak TK. Dari hasil pengukuran yang dilakukan terdapat 4 orang anak yang memiliki tinggi badan <100 cm, 44 orang anak memiliki tinggi badan <120 cm dan 2 orang anak memiliki tinggi badan >120 cm. Sedangkan 45 orang anak memiliki berat badan <20 kg dan 5 orang anak memiliki berat badan >20 kg. Rata-rata umur anak berkisar 4-5 tahun dan 1 orang anak berusia 6 tahun. Dari 50 orang anak TK yang dilakukan pada screening awal terdapat 43 orang anak TK yang mengalami status gizi kurang dengan prevalensi 61%.

Sesuai hasil wawancara dengan kepala TK Az-Zikri Perbaungan, ibu-ibu siswa pada umumnya cenderung tidak mengetahui cara pengolahan dan kebutuhan zat gizi anak. Biasa anak dibawakan bekal berupa nasi dengan lauk mie goreng, nasi dengan lauk perkedel. Nasi dan mie mengandung kalori yang tinggi hal ini belum dapat memenuhi kebutuhan asupan zat gizi anak sehingga dapat mempengaruhi status gizi anak.

Berdasarkan uraian latar belakang, maka bentuk kegiatan ini adalah memberikan intervensi pendidikan gizi tentang bekal makanan anak prasekolah terhadap pengetahuan dan keterampilan ibu dalam mengolah bekal makanan anak prasekolah TK Az-Zikri Perbaungan dan diharapkan

berhasil meningkatkan selera makan anak serta meningkatkan gizi melalui kreativitas pembuatan bekal yang sehat, menarik, praktis dan ekonomis.

## **B. Rumusan Masalah**

Bagaimana pengaruh intervensi gizi tentang bekal makanan anak prasekolah terhadap pengetahuan dan keterampilan ibu dalam mengolah bekal makanan anak prasekolah TK Az-Zikri Perbaungan.

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui pengaruh intervensi gizi tentang bekal makanan anak prasekolah terhadap pengetahuan dan keterampilan ibu dalam mengolah bekal makanan anak prasekolah TK Az-Zikri Perbaungan.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Menilai pengetahuan ibu sebelum dan sesudah intervensi pendidikan gizi tentang bekal anak sekolah.
- b. Menilai keterampilan ibu mengolah bekal makanan sebelum dan sesudah intervensi pendidikan gizi.
- c. Menganalisis pengaruh intervensi pendidikan gizi tentang bekal anak sekolah terhadap pengetahuan ibu.
- d. Menganalisis pengaruh intervensi pendidikan gizi terhadap keterampilan ibu mengolah bekal makanan.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Bagi Peneliti**

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan dalam rangka penerapan ilmu pengetahuan khususnya Gizi Masyarakat tentang pengaruh intervensi pendidikan gizi tentang bekal makanan anak prasekolah terhadap pengetahuan dan keterampilan ibu dalam mengolah bekal makanan anak prasekolah TK Az-Zikri Perbaungan.

### **2. Manfaat Bagi Masyarakat**

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan dan pertimbangan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat tentang pengaruh intervensi pendidikan gizi tentang bekal makanan anak prasekolah dalam mengolah bekal makanan anak prasekolah TK Az-Zikri Perbaungan.

### **3. Manfaat Bagi TK Az-Zikri Perbaungan**

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan untuk meningkatkan pemahaman ibu dan instansi setempat tentang pengaruh intervensi pendidikan gizi terhadap pengetahuan dan keterampilan ibu dalam mengolah bekal makanan anak prasekolah TK Az-Zikri Perbaungan.