

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anak usia dini adalah anak yang sedang mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang cepat secara fisik atau mental dan berusia di bawah enam tahun, yaitu mulai dari anak lahir hingga mencapai enam tahun. (Israeli, 2020). Sistem Pendidikan Nasional Bab 1, Menurut Pasal 1, Bagian 14, Undang-Undang No. 20 Tahun 2003, Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) adalah program pendidikan yang ditujukan kepada anak-anak sejak lahir hingga usia enam tahun dan dilakukan dengan memberikan pendidikan yang membantu pertumbuhan dan perkembangan fisik dan rohani anak sehingga mereka siap untuk memasuki pendidikan lebih lanjut. (Nuarca, 2018).

Salah satu bentuk PAUD jalur pendidikan formal adalah Taman Kanak –kanak (TK). TK merupakan salah satu lembaga pendidikan untuk anak berusia 4 tahun sampai dengan 6 tahun, TK juga dapat disebut sebagai masa prasekolah (Kemendikbud, 2015). Masa prasekolah disebut juga dengan masa keemasan (*the golden years*), yang sangat menentukan untuk pengembangan kualitas manusia, anak prasekolah juga merupakan masa dimana anak mulai peka dan sensitif untuk menerima berbagai rangsangan (Israeli, 2020).

Pada pertumbuhan anak usia dini dibutuhkan makanan yang kaya protein, karbohidrat dan lemak. Tidak hanya itu, sayuran dan buah-buahan juga dibutuhkan sebagai pangan sumber vitamin, mineral dan serat. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 tahun 2014 tentang pedoman gizi seimbang memberikan pesan gizi seimbang khusus bagi anak usia dini yaitu agar anak usia dini banyak makan sayuran dan buah yang cukup. Namun kenyataannya secara umum menurut Survei Diet Total (2014), Konsumsi sayur dan buah-buahan masih rendah, dengan 57,1 gram per hari dan 33,5 gram per hari masing-masing. Sayuran hijau adalah yang paling banyak dikonsumsi (79,1%) dibandingkan dengan sayur lainnya, dan konsumsi buah pisang

adalah yang tertinggi (15,1%). Menurut rekomendasi WHO tentang kecukupan konsumsi sayur dan buah dalam konteks gizi seimbang dan anjuran WHO, proporsi penduduk yang mengonsumsi sayur dan buah lebih dari 90% di semua kelompok umur dan 97,1% di antara mereka kurang mengonsumsi sayur dan buah 5 – 12 tahun sebanyak 96,5% kurang mengonsumsi sayur dan buah (Hermina dan Prihatini, 2014). Selanjutnya berdasarkan data Riset kesehatan dasar (Riskesdas) 2018, kelompok umur 5 – 9 tahun yang tidak mengonsumsi sayur sebanyak 41,48% di Provinsi Sumatera Utara. Sehingga hasil Riskesdas 2018 juga menunjukkan adanya masalah gizi kurang menurut karakteristik anak usia dini umur 36-47 bulan yaitu 15,5%, dan umur 48-59 bulan yaitu 14,5%.

Masalah tersebut dapat berdampak buruk bagi tumbuh kembang anak, sehingga mengakibatkan banyak anak menderita kurang gizi karena makanan yang dikonsumsi tidak memenuhi kebutuhan gizinya seperti asupan vitamin, mineral, dan serat (Arifin *et al*, 2015). Selain itu Kemenkes juga menyatakan bahwa akibat yang akan terjadi bila anak tidak makan sayur yaitu sulit buang air besar, gemuk (obesitas), menurunnya daya tahan tubuh (Kemenkes RI, 2019).

Penyebab rendahnya angka konsumsi sayur dan buah pada anak tidak terlepas dari pengaruh gaya hidup yang dilakukan para orang tua sehingga anak mempunyai kebiasaan menyukai pola makan yang kurang baik dan juga karena rendahnya kreativitas orang tua dalam mengolah sayur dan buah menjadi suatu sajian yang menarik. Selain itu rendahnya konsumsi sayur dan buah pada anak karena kurangnya pengetahuan dan informasi tentang manfaat juga pentingnya makan sayur pada anak semenjak dini, dan dapat disebabkan karena rasa pahit atau asam yang terdapat pada sayur dan buah (Indriyani, 2011). Jika anak-anak tidak dididik dengan baik tentang nutrisi sejak usia dini, mereka juga akan kurang tahu tentang pola makan yang sehat dan seimbang saat dewasa, yang dapat menyebabkan perilaku yang tidak sehat. (Kemenkes, 2014).

Anak-anak mengonsumsi makanan dalam jumlah kecil, yang dapat

menyebabkan kurang gizi. Anak-anak juga dapat stunting atau menjadi balita pendek. Untuk mencapai hal ini, diperlukan strategi untuk meningkatkan kesadaran akan pentingnya mengonsumsi sayur dan buah setiap hari. Oleh karena itu, sangat penting untuk memulai pengobatan sejak dini agar anak-anak tetap sehat. (Nusya, n.d, 2018). Untuk mewujudkan pengetahuan tersebut, maka diberikan edukasi tentang Kesehatan dan gizi seimbang. Pendidikan dalam bentuk promosi kesehatan dilakukan melalui upaya agar masyarakat berperilaku kesehatan yang baik (Notoatmodjo, 2007). Pada penelitian Mohammad dan Madanijah (2015), menyatakan bahwa semakin baik pengetahuan gizi maka semakin baik perilaku konsumsi sayur dan buah subjek dan sebaliknya. Begitu pula dengan penelitian yang dilakukan oleh Mulyani, dkk. (2014) yang menyatakan bahwa adanya hubungan antara pengetahuan dengan perilaku gizi seimbang.

Berdasarkan survei pendahuluan yang telah dilakukan oleh peneliti kepada pihak sekolah PAUD Kartini Kecamatan Tanjung Morawa Kabupaten Deli Serdang dengan cara wawancara kepada pihak sekolah didapatkan informasi bahwa pihak sekolah tidak menyediakan *snack* kepada siswa tetapi pihak sekolah mengadakan makan bersama dengan membawa bekal masing-masing. Peneliti juga menjadikan Desa Wonosari sebagai tempat penelitian karena desa tersebut merupakan salah satu lokasi fokus (lokus) penanganan stunting di Kecamatan Tanjung Morawa Kabupaten Deli Serdang berdasarkan Laporan Surat Bappeda Kabupaten Deli Serdang Nomor: 050/601 BPDS/2021 pada tanggal 15 Maret 2021.

Berdasarkan uraian tersebut maka peneliti tertarik untuk meneliti yaitu “Pengaruh edukasi tentang gizi seimbang terhadap perilaku konsumsi sayur dan buah siswa PAUD Kartini di Desa Wonosari”.

B. Rumusan Masalah

Adakah Pengaruh pemberian edukasi tentang gizi seimbang terhadap perilaku konsumsi sayur dan buah siswa di PAUD Kartini Desa Wonosari?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Untuk mengetahui pengaruh edukasi tentang gizi seimbang terhadap perilaku konsumsi sayur dan buah siswa di PAUD Kartini Desa Wonosari.

2. Tujuan khusus

- a. Menilai pengetahuan siswa PAUD Kartini tentang konsumsi sayur dan buah
- b. Menilai sikap siswa PAUD Kartini tentang konsumsi sayur dan buah.
- c. Menilai praktik siswa PAUD Kartini tentang konsumsi sayur dan buah.
- d. Menganalisis pengaruh edukasi pada siswa di PAUD Kartini tentang gizi seimbang terhadap pengetahuan konsumsi sayur dan buah.
- e. Menganalisis pengaruh edukasi pada siswa di PAUD Kartini tentang gizi seimbang terhadap sikap konsumsi sayur dan buah.
- f. Menganalisis pengaruh edukasi pada siswa di PAUD Kartini tentang gizi seimbang terhadap praktik konsumsi sayur dan buah.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Responden

Meningkatkan perilaku tentang gizi seimbang anak terhadap konsumsi sayur dan buah.

2. Bagi Sekolah

Memberikan informasi tentang gizi seimbang juga manfaat makan sayur dan buah, sehingga pihak sekolah dapat memberikan edukasi dan pemahaman tentang pentingnya konsumsi sayur dan buah.

3. Bagi Peneliti

Dapat mengetahui pengaruh edukasi tentang gizi seimbang terhadap perilaku konsumsi sayur dan buah pada siswa di PAUD Kartini dan penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya.