

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Anak usia sekolah adalah investasi bangsa, karena mereka adalah generasi penerus bangsa. Kualitas bangsa di masa depan ditentukan kualitas anak-anak saat ini. Tumbuh kembangnya anak usia sekolah yang optimal tergantung pemberian nutrisi dengan kualitas dan kuantitas yang baik serta benar. Dalam masa tumbuh kembang tersebut pemberian nutrisi atau asupan makanan pada anak tidak selalu dapat dilaksanakan dengan sempurna. Sering timbul masalah terutama dalam pemberian makanan yang tidak benar dan menyimpang. Penyimpangan ini mengakibatkan gangguan pada banyak organ-organ dan system tubuh anak.

Status gizi adalah keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi. Status gizi ini berpengaruh pada pertumbuhan fisik, perkembangan mental dan kecerdasan. Menurut Depkes (2003), status gizi masyarakat merupakan salah satu faktor penentu kualitas Sumber Daya Manusia (SDM). Status gizi yang baik diperlukan untuk mempertahankan derajat kebugaran dan kesehatan, serta membantu pertumbuhan bagi anak. Dalam upaya untuk perbaikan gizi, salah satu hal penting yang perlu diperhatikan adalah bidang makanan. Makanan merupakan kebutuhan pokok pada makhluk hidup. Tanpa makanan, makhluk hidup tidak bisa bertahan untuk menjalankan kegiatan sehari-hari. Seperti diketahui, makan diperlukan untuk memperoleh kebutuhan zat gizi yang cukup untuk kelangsungan hidup, pemulihan kesehatan sesudah sakit, aktivitas, pertumbuhan dan perkembangan. Secara fisiologik, makan merupakan suatu bentuk pemenuhan atau pemuasan rasa lapar.

Kebiasaan makan dalam rumah tangga sangatlah penting untuk diperhatikan, karena kebiasaan makan mempengaruhi pemilihan dan penggunaan pangan dan selanjutnya mempengaruhi rendahnya mutu makanan dalam rumah tangga. Kurangnya gizi pada balita dapat disebabkan sikap dan perilaku ibu yang menjadi faktor dalam pemilihan makanan yang tidak benar. Pemilihan bahan makanan, tersedianya jumlah makanan yang cukup dan keanekaragaman makanan ini dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan ibu tentang makanan dan gizinya. Ketidaktahuan ibu dapat menyebabkan kesalahan pemilihan makanan terutama untuk anak balita (Merdiana, 2005).

Kebiasaan makan berhubungan dengan pengaturan makanan yang seimbang dengan asupan gizi yang dibutuhkan. Gizi yang dibutuhkan tubuh dihasilkan dari sari makanan untuk menjaga kesehatan. Dengan demikian kebiasaan makan yang sehat berhubungan dengan aneka ragam makanan yang dapat memenuhi zat gizi yang diperlukan sesuai dengan usia anak. Kelebihan atau kekurangan gizi akan menyebabkan masalah pada kesehatan anak.

Anak yang sehat akan mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang normal dan wajar, yaitu sesuai standar pertumbuhan fisik anak pada umumnya dan memiliki kemampuan sesuai standar kemampuan anak seusianya. Anak sehat adalah anak yang dapat tumbuh kembang dengan baik dan teratur, jiwanya berkembang sesuai dengan tingkat umurnya, aktif, gembira, makannya teratur dan bersih serta dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya (Santoso dan Ranti, 2009)

Untuk seorang anak, makan dapat dijadikan media untuk mendidik anak supaya dapat menerima, menyukai, memilih makanan yang baik, juga untuk menentukan jumlah makanan yang cukup dan bermutu. Dengan demikian dapat dibina kebiasaan makan yang baik tentang waktu makan dan melalui cara pemberian makan yang teratur, sehingga anak biasa makan pada waktu yang lazim dan sudah ditentukan.

Berbagai masalah kesehatan dijumpai di kalangan anak pra sekolah/TK, diantaranya kurangnya pertumbuhan fisik secara optimal. Salah satu faktor yang sangat menentukan yaitu faktor gizi. Kurang gizi pada masa ini akan mengakibatkan terganggunya pertumbuhan badan, mental, kecerdasan dan mudah terserang penyakit infeksi. Disamping kurang gizi, ditemukan juga masalah kesehatan pada anak yang disebabkan gizi lebih yang dapat menyebabkan kegemukan dan anak beresiko menderita penyakit degenerative seperti penyakit hipertensi, penyakit jantung dan lain sebagainya (Santoso dan Ranti, 2009).

Dari hasil pemantauan status gizi yang dilakukan oleh Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo diperoleh hasil capaian gizi kurang di Provinsi Gorontalo mencapai 8,1% dan gizi buruk mencapai 2,2%. Angka ini terus mengalami penurunan jika dibandingkan dengan hasil survey PSG di tahun 2012 dimana prevalensi gizi kurang mencapai 14,44% menurun di tahun 2013 hingga mencapai 10,3%. Dari presentase gizi kurang, gizi buruk dan prevalensi kurang gizi se provinsi gorontalo, kabupaten gorontalo utara termasuk pada urutan ke 4 dengan presentase gizi kurang 8,6 %, gizi buruk 1,9 % dan prevalensi kurang gizi 10,5 %. (Profil Kesehatan Provinsi Gorontalo, 2014). Adapun data yang didapatkan dari

puskesmas atinggola yakni masih ada 7 balita yang mengalami gizi kurang. Data tersebut menunjukkan bahwa masalah gizi kurang, sulit untuk dicegah bahkan dihilangkan. Melalui penerapan gizi seimbang dan kebiasaan makan yang baik diharapkan kejadian gizi kurang tidak semakin bertambah.

Gizi kurang pada anak balita ini disebabkan oleh beberapa faktor yang kemudian diklasifikasikan sebagai penyebab langsung, penyebab tidak langsung, pokok masalah dan akar masalah. Gizi kurang yang secara langsung disebabkan oleh kurangnya konsumsi makanan dan adanya penyakit infeksi. Makin bertambah usia anak maka makin bertambah pula kebutuhan gizinya. Konsumsi makanan dalam keluarga dipengaruhi jumlah dan jenis pangan yang dibeli, pemasakan, distribusi dalam keluarga dan kebiasaan makan secara perorangan dalam suatu rumah tangga. Sedangkan untuk penyebab tidak langsungnya yaitu tidak cukupnya persediaan pangan di rumah tangga, pola asuh yang kurang memandai dan sanitasi atau kesehatan lingkungan kurang baik serta akses pada pelayanan kesehatan yang terbatas. Untuk akar masalah dari faktor-faktor yang mempengaruhi gizi buruk tersebut adalah masih rendahnya tingkat pendidikan, pendapatan, dan kemiskinan keluarga.

Diatas telah dikatakan bahwa salah satu penyebab timbulnya masalah gizi pada anak yaitu kebiasaan makan yang salah. Kebiasaan makan adalah suatu pola perilaku konsumsi pangan yang diperoleh karena terjadinya berulang-ulang. Kebiasaan makan seseorang terbentuk sejak masih kecil. Suatu kebiasaan makan yang teratur dalam keluarga akan membentuk kebiasaan makan yang baik bagi anak-anak. Kebiasaan makan anak dipengaruhi multifaktor, salah satunya yaitu

peran ibu. Ibu merupakan sosok yang paling dekat dengan anak, dan memegang peranan penting dalam membentuk perilaku makan anak. Faktor kepercayaan dan pengetahuan ibu berpengaruh terhadap macam bahan pangan yang dikonsumsi keluarga sehari-hari terutama pemberian makan anak. Adapula faktor lainnya yakni faktor ekonomi, seperti terbatasnya dana untuk membeli makanan yang serat gizi terutama sumber protein hewani.

Dalam penelitian Lida (2015) status gizi anak pra sekolah di PAUD Tunas Mulia Desa Claket Kecamatan Pacet Kabupaten Mojokerto hampir seluruhnya adalah normal, yaitu 13 anak (76,4%) sehingga terdapat hubungan antara pola makan dengan status gizi anak usia pra sekolah, dan pada penelitian Purwani (2013), didapatkan nilai p value 0.000 ($p < 0.05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pola pemberian makan dengan status gizi pada anak usia 1 sampai 5 tahun. Status gizi ditentukan oleh kecukupan makanan dan kemampuan tubuh yang mengandung zat gizi untuk kesehatan sehingga diperlukan pola makan yang baik untuk mendapatkan status gizi normal.

TK Kid's Smart terletak di Desa Sigaso dan masuk dalam Wilayah Kerja Puskesmas Atinggola. Puskesmas Atinggola memiliki beberapa program kesehatan, salah satu programnya adalah posyandu. Ibu-ibu dari balita di Wilayah Kerja Puskesmas ini tercatat aktif dalam mengikuti kegiatan posyandu, seperti penyuluhan tentang gizi dll. Dengan adanya penyuluhan dalam posyandu, seharusnya ibu-ibu dari balita telah mengetahui tentang gizi dan hal lain terkait dengan kesehatan anak mereka. Berdasarkan observasi awal yang dilakukan peneliti yaitu dengan mewawancarai 7 orang ibu yang pada saat itu sedang

menjaga anaknya di sekolah tentang kebiasaan makan dari murid itu sendiri, biasanya dalam satu hari 5 dari 7 balita tersebut jadwal makannya tidak teratur, yang harusnya dalam satu hari 3 kali makan, mereka hanya 2 kali makan dan kadang mengonsumsi sayuran dan buah-buahan. Ibu-ibu tersebut juga kurang mengetahui secara pasti apakah anaknya bergizi baik atau tidak, namun ibu tersebut mengatakan anaknya tergolong anak yang kesulitan makan karena pemilih makanan, dan lebih menyukai *snack* dari pada mengonsumsi sayur dan buah. Ibupun tidak mengetahui secara pasti apa yang dimaksud dengan makanan bergizi, dan mengatakan bahwa makan 3 kali sehari dengan menu nasi dan ikan sudah cukup untuk kebutuhan makan anak tanpa memperhatikan jenis makanan yang dikonsumsi anak mereka. Selain itu murid di TK Kid's Smart tergolong *hypoaktif* saat mengikuti proses belajar mengajar dikelas, terlihat dari kepasifan siswa dalam merespon apa yang disampaikan oleh guru.

Anak usia pra sekolah sedang melakukan proses pertumbuhan yang sangat giat, sehingga memerlukan zat-zat makanan yang relatif lebih banyak dengan kualitas yang lebih tinggi. Hasil pertumbuhan setelah menjadi manusia dewasa, sangat tergantung dari kondisi gizi dan kesehatan sewaktu masa balita. Pertumbuhan otak yang menentukan tingkat kecerdasan setelah menjadi dewasa, sangat ditentukan oleh pertumbuhan waktu anak. Kekurangan gizi pada fase pertumbuhan akan menghasilkan manusia dewasa dengan sifat-sifat berkualitas inferior. Jadi pada masa ini anak haruslah diberi jatah utama dalam distribusi makanan keluarga, bukan mendapat sisa-sisa konsumsi keluarga.

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh Kebiasaan Makan Terhadap Status Gizi Anak Usia Pra Sekolah di TK Kid’s Smart Kecamatan Atinggola Kabupaten Gorontalo Utara”.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang maka identifikasi masalahnya adalah sebagai berikut :

1. Berdasarkan observasi awal yang telah dilakukan yaitu dengan mewawancarai 7 orang tua murid tentang kebiasaan makan dari anak itu sendiri, diketahui bahwa dalam satu hari 5 dari 7 anak tersebut jadwal makannya tidak teratur, yang seharusnya dalam sehari 3 kali makan, mereka hanya makan 2 kali dalam sehari dan kadang mengonsumsi sayuran dan buah-buahan.
2. Masih ada 7 balita yang mengalami masalah gizi kurang di wilayah kerja puskesmas atinggola.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada pengaruh kebiasaan makan terhadap status gizi anak usia pra sekolah di TK Kid’s Smart Kecamatan Atinggola, Kabupaten Gorontalo Utara”.

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan umum

Secara umum tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh kebiasaan makan terhadap status gizi anak usia pra sekolah di TK Kid's Smart Kecamatan Atinggola, Kabupaten Gorontalo Utara”.

1.4.2 Tujuan khusus

1. Untuk mengetahui pengaruh frekuensi makan terhadap status gizi anak usia pra sekolah di TK Kid's Smart Kecamatan Atinggola Kabupaten Gorontalo Utara.
2. Untuk mengetahui pengaruh jenis makanan terhadap status gizi anak usia pra sekolah di TK Kid's Smart Kecamatan Atinggola Kabupaten Gorontalo Utara
3. Untuk mengetahui pengaruh waktu makan terhadap status gizi anak usia pra sekolah di TK Kid's Smart Kecamatan Atinggola Kabupaten Gorontalo Utara

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat teoritis

Mempermudah dan menambah wawasan bagi peneliti yang ingin melakukan penelitian yang berhubungan dengan kebiasaan makan anak usia pra sekolah. Serta dapat mengaplikasikan ilmu pengetahuan tentang gizi dalam hal ini mengenai kebiasaan makan anak yang berpengaruh pada status gizi anak tersebut yang diperoleh dari kampus kepada masyarakat khususnya di Wilayah Kecamatan Atinggola.

1.5.2 Manfaat praktis

1. Bagi peneliti lain, sebagai bahan kajian untuk melaksanakan penelitian lanjut yang berkaitan dengan kebiasaan makan anak usia pra sekolah
2. Bagi instansi, penelitian diharapkan dapat digunakan sebagai bahan masukan dan pertimbangan dalam perencanaan atau pengambilan kebijakan kedepannya untuk peningkatan status gizi anak usia pra sekolah.
3. Bagi masyarakat, penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan mengenai informasi kesehatan tentang pentingnya penerapan perilaku pola asuh ibu yang baik terhadap anak.