

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Usia dini (balita) pada anak merupakan masa *golden age*. Pada masa ini merupakan masa pertumbuhan cepat baik fisik maupun non fisik di luar kandungan. *Golden age* atau usia emas adalah usia 0-6 tahun yang merupakan masa dimana perkembangan fisik, motorik, intelektual, emosional, bahasa dan sosial berlangsung dengan sangat cepat yang hanya terjadi satu kali dalam perkembangan kehidupan manusia. Pada tahun pertama hingga tahun keenam merupakan periode terpenting untuk merangsang pertumbuhan otak anak, melalui perhatian kesehatan anak, penyediaan gizi yang cukup dan pelayanan pendidikan. Saat yang paling baik bagi seorang anak untuk memperoleh pendidikan yang pas disebut masa peka yaitu usia dini. Oleh karena itu pada masa ini jangan diabaikan dan perlu dimanfaatkan sebaik-baiknya secara cermat dan hati-hati.

Di Indonesia diperkenalkan pedoman “empat sehat lima sempurna”. Sampai sekarang pedoman ini masih dikenal sebagian masyarakat. Namun pola dan kebiasaan makan sebagian besar penduduk Indonesia masih jauh dari baik oleh karena banyak faktor. Pola dan kebiasaan makan yang tidak baik merupakan salah satu penyebab timbulnya masalah kesehatan dan masalah kesejahteraan bagi keluarga dan masyarakat. Departemen Gizi dan Kesehatan Masyarakat FKMUI (2007:15) menjelaskan bahwa pada tahun 1992 diselenggarakan kongres gizi internasional di Roma yang membahas tentang pentingnya gizi seimbang sebagai upaya menghasilkan sumber daya manusia yang berkualitas.

Anak usia sekolah adalah investasi bangsa, karena mereka adalah generasi penerus bangsa. Kualitas bangsa di masa depan ditentukan kualitas anak-anak saat ini. Upaya peningkatan kualitas sumber daya manusia harus dilakukan sejak dini, sistematis dan berkesinambungan. Tumbuh berkembangnya 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 sistem tubuh anak. *Foodborne diseases* atau penyakit bawaan makanan merupakan masalah kesehatan masyarakat yang utama di banyak negara. Penyakit ini dianggap bukan termasuk penyakit yang serius, sehingga seringkali kurang diperhatikan. Disamping itu gizi buruk merupakan salah satu penyakit yang mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini.

Gizi buruk adalah bentuk terparah (akut), merupakan keadaan kurang gizi tingkat berat yang disebabkan oleh rendahnya tingkat konsumsi energi, protein serta makanan sehari-hari dan terjadi dalam waktu yang cukup lama. Itu ditandai dengan status gizi sangat kurus (menurut berat badan terhadap tinggi badan) dan hasil pemeriksaan klinis menunjukkan gejala marasmus, kwashiorkor atau marasmik-kwashiorkor. Bila jumlah asupan zat gizinya sesuai dengan kebutuhan yang dibutuhkan oleh tubuh disebut seimbang (gizi baik), tetapi bila asupan zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh rebih rendah maka disebut gizi kurang, sedangkan bila asupan zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh sangat kurang disebut gizi buruk. Keadaan kurang zat gizi tingkat berat yang disebabkan rendahnya konsumsi energi dan protein dalam waktu cukup lama yang ditandai dengan berat badan menurut umur yang berbeda.

Fakta yang ada bahwa status gizi anak-anak Indonesia sangat memprihatinkan masih banyak anak yang kurang gizi, mengalami efisiensi vitamin D bertubuh pendek dan kurus, serta menderita anemia. Kurang energi dan Protein (KEP) pada anak masih menjadi masalah gizi dan kesehatan masyarakat di Indonesia. Keadaan ini berpengaruh kepada masih tingginya angka kematian bayi. Menurut WHO lebih dari 50% kematian bayi dan anak terkait dengan gizi kurang dan gizi buruk, oleh karena itu masalah gizi perlu ditangani secara cepat dan tepat.

Masalah gizi buruk yang terjadi sebabkan oleh banyak hal. Faktor-faktor yang menyebabkan terjadinya gizi buruk adalah kemiskinan,

kurangnya pendidikan dari orang tua, kurangnya pengetahuan masyarakat tentang gizi, menu seimbang dan kesehatan. Selain itu hal-hal yang menyebabkan gizi yang buruk yaitu dari penyebab langsung dan penyebab tidak langsung. Penyebab langsung terjadinya masalah gizi buruk adalah adanya asupan makanan yang kurang memenuhi gizi yang seimbang dan adanya penyakit infeksi. Penyebab tidak langsung terdiri dari persediaan makanan di rumah, perawatan anak dan ibu hamil, serta pelayanan kesehatan. Sedangkan hal yang mendasar terjadinya gizi buruk adalah kurangnya pendidikan dan ketrampilan dari masyarakat, kurangnya pengetahuan dari masyarakat tentang pentingnya gizi yang seimbang untuk tumbuh kembang anak serta kemiskinan juga menjadi faktor terjadinya gizi buruk (Supriasa dkk, 2002 : 13).

Berdasarkan observasi awal di RA Tapas Al-Falah Surabaya terlihat anak-anak lebih menyukai makanan, jajan yang sama sekali jauh dari gizi yang seimbang bahkan mereka cenderung makan makanan yang mengandung bahan yang sangat berbahaya bagi tubuh anak. Makanan yang dipilih oleh anak cenderung makanan siap saji dan makanan-makanan yang tidak menyehatkan yang dijual bebas di jalan yang tidak terjaga kebersihan dan ke higienisannya. Anak-anak juga cenderung mengonsumsi snack ringan yang banyak mengandung bahan-bahan pengawet dan MSG yang sangat tidak bagus untuk kesehatan anak. Sebagian besar anak di RA Tapas Al-Falah Surabaya kurang tertarik untuk mengonsumsi sayuran dan buah-buahan sehingga tidak dapat menunjang kebutuhan fisik, daya pikir serta daya ingat anak karena makanan yang tidak mengandung gizi seimbang sangat membahayakan perkembangan anak nantinya di sekolah.

Orang tua sudah melakukan berbagai cara untuk membujuk anak untuk mengonsumsi sayur dan buah tetapi karena penyajian yang kurang menarik maka anak tidak melihat sama sekali makanan yang disajikan apalagi untuk mengonsumsi makanan yang sudah disajikan tersebut. Anak-anak kurang mengetahui tentang makanan apa saja yang baik untuk kesehatan dan makanan apa saja yang akan membawa pengaruh yang buruk terhadap kesehatan.

Sehingga anak-anak di RA Tapas Al-Falah Surabaya cenderung membeli makanan dan jajanan sembarangan yang kurang terjaga kesehatan, kebersihan dari makanan yang dibeli dan dikonsumsi oleh anak-anak tersebut, dikarenakan mereka lebih tertarik pada kemasan luar yang bagus, dengan rasa yang sangat enak dan sangat manis, dengan warna-warna makanan yang sangat mencolok. Padahal bahan makanan yang dikonsumsi mengandung bahan-bahan yang berbahaya bagi tubuh anak.

Berdasarkan permasalahan di atas maka sangat penting kegiatan kreasi makanan untuk meningkatkan pemahaman tentang gizi seimbang pada anak. Melalui kegiatan membentuk kreasi makanan anak akan lebih tertarik untuk melihat makanan yang disajikan, untuk pertama mungkin anak hanya melihat makanan yang disajikan tetapi kemudian ketika anak-anak dilibatkan dalam kegiatan membentuk kreasi makanan, tentunya anak akan tertarik untuk mencoba makanan yang sudah susah payah anak buat dengan kreasinya sendiri. Ketika anak mulai menyukai makanan dengan kreasi tersebut guru dapat memberikan pengertian tentang bagaimana makanan yang baik yang berguna untuk kesehatan dan gizi seimbang untuk anak. Melalui kegiatan membentuk kreasi makanan anak-anak akan tertarik untuk mengkonsumsi makanan yang mengandung gizi seimbang dan berguna untuk tumbuh kembang anak. Dengan demikian penulis tertarik untuk mengadakan penelitian tentang. “Pengaruh Kegiatan Membentuk Kreasi Makanan Terhadap Pemahaman Gizi Seimbang Anak Kelompok A di RA Tapas Al-Falah Surabaya”.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang maka muncul berbagai permasalahan yang berkaitan dengan pembiasaan makan makanan sehat pada anak kelompok A di RA Tapas Al-Falah Kecamatan Bubutan Surabaya, sehingga dapat diidentifikasi antara lain:

1. Pengaruh kegiatan membentuk kreasi makanan terhadap pemahaman gizi seimbang anak kelompok A RA Tapas Al-Falah Surabaya.

2. Pemahaman gizi seimbang dalam membiasakan anak untuk selalu mengkonsumsi makan sehat dengan membentuk kreasi makanan yang menarik bagi anak usia dini.
3. Makanan yang tidak sehat dan tidak mengandung gizi seimbang sangat membahayakan perkembangan anak.

### **C. Batasan Masalah**

Dengan mengingat latar belakang masalah dan identifikasi masalah diatas, penulis tidak mungkin mengurai semua masalah diatas, disebabkan terbatasnya masalah waktu maka untuk menghindari penafsiran yang salah maka peneliti ini mempunyai batasan-batasan sebagai berikut:

1. Penelitian hanya dibatasi pada pengaruh kegiatan membentuk kreasi makanan dibatasi berupa penerapan memberikan konsumsi sayur dan buah dengan penyajian yang menarik agar memahami gizi seimbang pada anak usia 4-5 tahun di RA Tapas Al-Falah Surabaya.
2. Hasil pemahaman gizi seimbang anak usia 4-5 tahun di RA Tapas Al-Falah Surabaya dibatasi pada kegiatan membentuk kreasi makanan.

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang tersebut, rumusan masalah yang akan dibahas dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana kemampuan pemahaman gizi seimbang dalam kegiatan membentuk kreasi makanan anak kelompok A di RA Tapas Al-Falah Surabaya?
2. Bagaimana pengaruh kegiatan membentuk kreasi makanan terhadap pemahaman gizi seimbang anak kelompok A di RA Tapas Al-Falah Surabaya?

### **E. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui kemampuan pemahaman gizi seimbang dalam kegiatan membentuk kreasi makanan anak kelompok A di RA Tapas Al-Falah Surabaya.
2. Untuk mengetahui pengaruh kegiatan membentuk kreasi makanan terhadap pemahaman gizi seimbang anak kelompok A di RA Tapas Al-Falah Surabaya.

#### **F. Manfaat Penelitian**

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang lebih baik bagi siswa ataupun guru dalam mengembangkan serta memperbaiki gizi seimbang anak.

##### **1. Manfaat Teoritis**

Berdasarkan kajian keilmuan hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan dan menambah khazanah pengetahuan kepada lembaga pendidikan yang menangani pendidikan anak usia dini.

##### **2. Manfaat Praktis**

- a. Manfaat bagi siswa RA Tapas Al-Falah Surabaya adalah untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran terhadap gizi seimbang melalui kegiatan kreasi membentuk makanan.
- b. Manfaat bagi guru RA Tapas Al-Falah Surabaya adalah untuk mengetahui tentang metode dan strategi yang tepat untuk meningkatkan kesadaran dan pemahaman anak-anak didik tentang pentingnya gizi yang seimbang melalui kegiatan kreasi membentuk makanan
- c. Manfaat bagi RA Tapas Al-Falah Surabaya, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan yang positif untuk meningkatkan mutu pendidikannya.
- d. Manfaat bagi perguruan tinggi untuk menambah perbendaharaan isi perpustakaan yang nantinya dapat dimanfaatkan bagi pembaca pada umumnya.