

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Status gizi anak di Taman Kanak-Kanak (TK) merupakan gambaran ukuran terpenuhinya kebutuhan gizi melalui asupan dan penggunaan zat gizi pada tubuh (Iqbal, 2018). Anak di Taman Kanak-Kanak (TK) adalah anak - anak yang berusia antara lima hingga tujuh tahun, dimana saat usia ini aktivitas anak akan meningkat sehingga anak membutuhkan zat gizi yang cukup (Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan, 2017). Salah satu faktor yang mempengaruhi kesehatan adalah status gizi. Gizi yang kurang pada anak dapat menghambat pertumbuhan, menurunnya daya tahan tubuh, gangguan perilaku, dan kecerdasan, sedangkan gizi yang berlebihan dapat menyebabkan obesitas dan penyakit degeneratif (Kementrian Kesehatan, 2017).

Menurut data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2018, bahwa prevalensi status gizi pada anak berusia 5-12 tahun adalah 9,2% obesitas, 10,8% gemuk, sangat kurus 2,4%, dan kurus 6,8% (Kementrian Kesehatan, 2019). Di Sumatera Utara, prevalensi anak usia 5-12 tahun yang mengalami status gizi yaitu 2,1% sangat kurus, 5,6% kurus, 10,6% gemuk, dan 9,1% obesitas. Data terbaru dari Survey Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, prevalensi anak usia 5-12 tahun yang mengalami status gizi obesitas 6,5%, gemuk 11,8%, sangat kurus 4,2%, dan kurus 5,2%, (Kementrian Kesehatan, 2023). Data menunjukkan adanya peningkatan prevalensi sangat kurus dan gemuk pada anak-anak yang berumur lima hingga dua belas tahun di Sumatera Utara.

Masalah gizi terjadi ketika terdapat kesenjangan yang ada karena kondisi gizi yang diinginkan tak sesuai dengan asupan gizi saat ini. Status gizi yang optimal dapat mendukung laju tumbuh dan kembang anak TK, normalnya status gizi pada anak juga mampu menurunkan risiko penyakit (Yunawati dkk, 2023). Status gizi anak TK dipengaruhi oleh beberapa faktor, dimana menurut Khair dkk (2021), menyebutkan bahwa terdapat tiga faktor yaitu: 1) jika pengetahuan ibu tidak cukup, maka dikemudian hari menghambat perbaikan gizi pada anak 2) pendapatan akan mempengaruhi dalam konsumsi makan sehari-hari dimana jika pendapatan semakin tinggi, maka konsumsi makanan yang kaya akan sumber gizi akan semakin tercukupi 3) status ibu bekerja.

Untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak TK, kualitas dan jumlah zat gizi yang dikonsumsi anak harus mendapatkan perhatian. Pengetahuan ibu tentang gizi anak TK adalah salah satu komponen yang dapat memengaruhi kesehatan anak (Almatsier, 2019). Pengetahuan gizi ibu merupakan pengetahuan terkait gizi yang mempunyai dampak besar terhadap tumbuh kembang anak. Pengetahuan ibu yang kurang dapat menghambat peningkatan gizi baik dalam keluarga, terutama pada anak, karena ibulah yang bertanggung jawab terhadap gizi anak. Jika ada kebutuhan pangan atau gizi, ibu harus mempunyai pengetahuan dasar gizi agar pola makan anak dapat tercukupi (Khair dkk, 2021).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Afrinis dkk (2021) sebesar 58% ibu mempunyai pengetahuan yang kurang tentang gizi. Apabila seorang ibu memiliki pengetahuan yang kurang terkait gizi atau tidak mampu menerapkan pengetahuan tersebut dalam kehidupan sehari-hari, hal ini dapat menyebabkan masalah gizi pada

anak, terutama risiko terjadinya gizi kurang. Penelitian yang dibuat oleh Pratiwi (2023) ditemukan bahwa status gizi anak yang tidak baik dengan persentase sebesar 22,4% ibu memiliki pengetahuan gizi yang rendah, dan sebesar 35,5% ibu memiliki pengetahuan yang tinggi. Ketidapahaman ibu terkait gizi dapat menyebabkan kesalahan dalam pemilihan makanan untuk anak dan cara memberi anak makan. Akibat yang lebih berbahaya dari kekurangan gizi adalah timbulnya abnormalitas dengan kesakitan dan terjadi kematian (Widodo, 2010).

Pengetahuan gizi ibu dapat mempengaruhi kebiasaan anak dalam membawa bekal makanan ke sekolah, dimana penyediaan bekal bagi anak tak terlepas dari bagaimana ibu memainkan peran penting dalam menentukan jenis, jumlah, dan keanekaragaman makanan (Kementrian Kesehatan, 2014). Memberi anak asupan gizi yang cukup melalui bekal makanan sehat dapat berpengaruh positif pada keseimbangan gizi mereka, serta mendorong anak untuk lebih menyaring makanan sehat yang baik tanpa memesan makanan dari luar rumah (Insani, A. 2022). Maka penting bagi ibu mempersiapkan bekal makanan akan selektif dalam memilih makanan sehat tanpa harus memesan dari luar rumah.

Asupan energi mencerminkan pola makan yang dikonsumsi oleh individu atau sekelompok orang. Status gizi anak dapat dipengaruhi oleh komposisi bekal makanan dan jumlah energi yang dikonsumsi, jika bekal makanan dapat berkontribusi dengan total energi per hari dan memenuhi kebutuhannya, maka status gizi anak akan baik (Anugraheni, 2019). Rekomendasi kontribusi energi dan zat gizi sarapan untuk mewujudkan hidup sehat, produktif, dan aktif menurut Pedoman Gizi Seimbang 2014, dapat memenuhi sebanyak 15 - 30% kebutuhan

gizi perhari (Kemenkes, 2014). Hal tersebut didukung pendapat dari Noviyanti (2018) bahwa, pada umumnya sarapan pagi dengan rentang waktu dari pukul 06.00 pagi sampai dengan pukul 10.00 pagi memberikan kontribusi energi 25% dari kebutuhan gizi sehari.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Romo, et al (2017) menyebutkan bahwa anak sekolah yang membawa bekal makanan rata-rata mengkonsumsi 374 kkal energi. Penelitian Anugraheni (2019) menyebutkan bahwa bekal makanan yang dibawa dari rumah mengandung 559 kkal dari energi total. Hal tersebut tergolong berlebih dari kontribusi energi sebesar 25% untuk anak usia 5-9 tahun.

Hasil observasi yang dilakukan pada tanggal 08 Mei 2024 di TK Yayasan Pengharapan Sejati Indonesia dengan melakukan diskusi tanya jawab kepada 10 orang tua murid bahwa, kesibukan ibu siswa rata-rata yaitu bekerja. Beberapa orang tua yang tidak sempat menyiapkan bekal makan anak, sehingga anak-anak membawa berbagai jenis makanan. Pemilihan bekal yang diberikan oleh orang tua diantaranya nasi dengan mie, nasi dengan kentang goreng, gorengan, nasi gurih, kue basah, dan wafer. Hasil dari pengukuran status gizi sesuai dengan indeks massa tubuh menurut usia (IMT/U) terhadap 20 siswa, didapatkan 7 siswa (35%) yang memiliki gizi kurang, 8 siswa (40%) gizi baik, dan 5 siswa (25%) memiliki gizi lebih (*overweight*).

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka peneliti tertarik untuk meneliti **“Hubungan Pengetahuan Gizi Ibu dan Asupan Energi Pada Bekal Dengan Status Gizi Anak di TK Yayasan Pengharapan Sejati Indonesia”**

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan, maka identifikasi masalah yang muncul adalah sebagai berikut:

1. Tingginya masalah status gizi pada anak TK
2. Kurangnya pengetahuan gizi ibu yang memiliki anak TK
3. Pemilihan jenis makanan pada bekal anak TK yang kurang baik
4. Tingginya asupan energi bekal pada anak TK

1.3 Pembatasan Masalah

Pembatasan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Pengetahuan gizi ibu dibatasi pada pengetahuan ibu terkait dengan gizi untuk anak TK, yaitu: definisi dan dampak kekurangan zat gizi, macam zat gizi, jenis zat gizi dalam pangan, dan gizi seimbang.
2. Asupan energi bekal dibatasi pada jumlah energi dari bekal berupa makanan utama sumber karbohidrat pada bekal anak sebesar 25% dari kebutuhan Angka Kecukupan Gizi (AKG) dalam satuan kkal.
3. Status gizi siswa dibatasi pada pengukuran Indeks Massa Tubuh (IMT) menurut umur dengan kategori malnutrisi dan normal.
4. Subjek penelitian dibatasi pada siswa dengan usia 5 - 7 tahun di TK Yayasan Pengharapan Sejati Indonesia.

1.4 Perumusan Masalah

Perumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimanakah karakteristik responden?
2. Bagaimanakah pengetahuan gizi ibu di TK Yayasan Pengharapan Sejati Indonesia?
3. Bagaimanakah asupan energi pada bekal anak di TK Yayasan Pengharapan Sejati Indonesia?
4. Bagaimanakah status gizi anak di TK Yayasan Pengharapan Sejati Indonesia?
5. Bagaimanakah hubungan pengetahuan gizi ibu dengan status gizi anak di TK Yayasan Pengharapan Sejati Indonesia?
6. Bagaimanakah hubungan asupan energi pada bekal dengan status gizi anak di TK Yayasan Pengharapan Sejati Indonesia?
7. Bagaimanakah hubungan pengetahuan gizi ibu dan asupan energi pada bekal dengan status gizi anak di TK Yayasan Pengharapan Sejati Indonesia?

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui:

1. Karakteristik responden
2. Pengetahuan gizi ibu di TK Yayasan Pengharapan Sejati Indonesia
3. Asupan energi pada bekal anak di TK Yayasan Pengharapan Sejati Indonesia
4. Status gizi anak di TK Yayasan Pengharapan Sejati Indonesia

5. Hubungan pengetahuan gizi ibu dengan status gizi anak di TK Yayasan Pengharapan Sejati Indonesia
6. Hubungan asupan energi pada bekal dengan status gizi anak di TK Yayasan Pengharapan Sejati Indonesia
7. Hubungan pengetahuan gizi ibu dan asupan energi pada bekal dengan status gizi anak di TK Yayasan Pengharapan Sejati Indonesia

1.6 Manfaat Penelitian

Diharapkan hasil penelitian ini akan memberi pembaca, terutama orang tua siswa dan guru, terkait informasi tentang pengetahuan gizi, asupan energi bekal dan status gizi anak. Selain itu, diharapkan penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar untuk penelitian terkait lainnya.