

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Pendahuluan**

Pendidikan pada usia prasekolah atau balita diselenggarakan untuk memfasilitasi pertumbuhan dan perkembangan anak secara optimal dan menyeluruh. Pada masa itu pula Santrock dan Yussen, menganggap bahwa anak mengalami kejadian-kejadian penting dan unik yang meletakkan dasar bagi kehidupan seseorang di masa yang akan datang (Solehudin, 2000: 56).

Setiap anak adalah unik, meskipun berbeda satu sama lain tapi secara garis besar tetap mengikuti pola yang umum. Agar mencapai perkembangan yang optimal, orang tua dan orang dewasa harus memberikan rangsangan yang menyeluruh dan terpadu meliputi pendidikan, pengasuhan, kesehatan, gizi, dan perlindungan yang diberikan secara konsisten melalui pembiasaan. Adapun lima lingkup pengembangan anak yaitu : nilai-nilai agama dan moral, sosial emosional, fisik, kognitif dan bahasa. Salah satu prinsip pembelajaran di taman kanak-kanak adalah mengintegrasikan kesehatan, gizi, pendidikan, pengasuhan dan perlindungan. Kemampuan mensinergikan hal tersebut merupakan kriteria seorang pendidik yang berkompetensi. Oleh karena itu, pemahaman kebutuhan gizi anak, pemahaman layanan kesehatan dan kebersihan anak harus dimiliki oleh pendidik dan pengasuh anak usia dini, tidak hanya diserahkan kepada tim medis semata (Permen 58 tahun 2009).

Permasalahan utama yang terjadi saat ini di Indonesia adalah gizi kurang dan obesitas. Menurut survey yang dilakukan oleh RISKESDAS dari jumlah balita di Indonesia tahun 2010 sebanyak 26,7 juta, sekitar 17,9% atau 4,7 juta balita menderita gizi kurang. Lebih lanjut lagi, Riskesdas 2010 juga mencatat sebanyak 14 % balita Indonesia mengalami obesitas. Hal ini terjadi karena adanya pemahaman yang salah mengenai nafsu makan anak yang baik, sehingga menyebabkan orangtua memberikan asupan berlebih dan tidak mengontrol pola makan, membeli makanan dengan kadar lemak yang tinggi. (*fast food, junk food*) dan lain sebagainya. Sebagian besar obesitas diduga disebabkan oleh interaksi antara faktor genetik atau turunan dari orang tua dan faktor lingkungan, seperti aktivitas fisik, gaya hidup, sosial ekonomi, dan perilaku makan sejak dini.

Devi (2012: 2) memaparkan bahwa kekurangan gizi pada anak akan menyebabkan gangguan fungsi motorik kasar, motorik halus, kecerdasan, perilaku dan interaksi sosial, konsentrasi anak menjadi berkurang, tidak gembira, dan terjadi perubahan secara hormonal yang nantinya akan mempengaruhi kecerdasannya. Apabila kekurangan gizi terjadi pada masa fase tumbuh otak (dibawah usia dibawah 18 bulan) maka akan bersifat *irreversible* (tidak dapat pulih).

Kelebihan gizi atau obesitas pada masa kanak-kanak akan berdampak buruk pada kehidupan anak di masa mendatang. Abraham menuturkan (2010: 210) bahwa kebanyakan anak yang mengalami obesitas di usia kanak-kanak cenderung melakukan anorexia di masa remaja mereka. Selain itu penyakit seperti jantung,

dan kolesterol, diabetes membayangi bayangi anak yang mengalami obesitas setiap harinya (Ruel, 2008).

Beberapa alasan mengapa anak mengalami kekurangan gizi atau kelebihan gizi antara lain ketidaktahuan, ketidakmampuan dan ketidakmauan dari orangtua dalam memenuhi kebutuhan gizi, serta tidak mengerti fase-fase pertumbuhan manusia dengan tepat yang biasanya dialami oleh masyarakat golongan menengah ke bawah (Devi, 2012: 5). Senada dengan hal tersebut Syafiq (2012: 4), menuturkan minimnya pengetahuan dan kesadaran orangtua, baik dengan latar belakang tingkat pendidikan rendah maupun tinggi, telah menyebabkan tingginya kasus kelebihan gizi dan kurang gizi pada anak-anak Indonesia.

Hal tersebut diperburuk lagi dengan kualitas jajanan di sekitar sekolah yang cukup memprihatinkan dan kondisi anak yang sudah diberi uang oleh orang tuanya untuk membeli makanan atau jajan. Menurut Urip (2003: 5) anak usia empat sampai lima tahun adalah konsumtif aktif, mereka sudah dapat memilih makanan yang mereka sukai dan menolak makanan tersebut dengan melakukan protes bahkan mengatakan tidak. Perilaku tersebut disebut dengan *negativistik*, hal ini diperberat dengan kenyataan bahwa anak sudah mulai mengenal uang untuk membeli jajanan. Apabila hal ini tidak dikontrol oleh orang tua mereka maka kemungkinan anak jajan sembarangan sangat tinggi dan dapat mengurangi asupan gizi yang diperlukan oleh tubuhnya.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara di TK Islam Al Ikhlas ditemukan bahwa anak telah diberi uang jajan oleh orang tua mereka. Hal tersebut menimbulkan mengkhawatirkan karena jajanan yang mereka beli diduga

menggunakan bahan-bahan yang berbahaya bagi kesehatan anak. Bahan yang dapat diidentifikasi berdasarkan warna makanan yang mencolok dan rasa makanan yang menyisakan rasa pahit di lidah dan menggunakan minyak yang sudah hitam akibat dan tidak layak untuk digunakan lagi. Sebagaimana yang diungkapkan oleh pakar kimia pangan dan gizi dari Akademi Kimia Analisis Bogor Irawan dalam harian Kompas (Oktober, 2010) zat aditif dapat dikelompokkan sebagai zat pewarna, pemanis, pengawet dan penyedap rasa. Tapi kebanyakan yang digunakan oleh produsen 'nakal' bukanlah pewarna untuk makanan. Zat kimia tersebut dapat membahayakan bagi kesehatan tubuh karena memicu terjadinya kanker, penyempitan pembuluh darah dan penyakit kronis lainnya apabila dikonsumsi dalam jumlah yang banyak serta dalam jangka waktu yang lama (Riandini, 2008).

Permasalahan gizi pada anak merupakan bagian dari masalah kesehatan masyarakat, namun penanggulangannya tidak dapat dilakukan hanya dengan pendekatan medis dan layanan kesehatan (Devi, 2012: 33). Pemberian pendidikan gizi merupakan langkah awal dari praktisi pendidikan dalam hal ini guru taman kanak-kanak dalam menanamkan pendidikan gizi untuk kesehatan anak didiknya sehingga terpenuhinya gizi yang seimbang sejak usia dini (Jukes, 2006:17).

Kesehatan dan gizi anak mencerminkan level perkembangan yang terjadi di suatu negara (Molina, 2011: 4). Hal ini yang disadari oleh *The U.S Department of Agriculture* melalui divisi *Nutrition Education and Training* (NET) yang sangat peduli untuk mengembangkan pemberian pendidikan gizi kepada anak level

prasekolah dan menjadikan program tersebut bagian pembelajaran di sekolah (Plum, 1997: 2).

Pendidikan gizi selayaknya diberikan sejak usia dini karena akan membantu anak untuk dapat memilih makanan dan jajanan yang sehat, terlebih sebagian besar anak taman kanak-kanak kini sudah dibekali uang jajan oleh orangtua mereka sehingga mereka sudah bisa menentukan untuk membeli makanan yang belum tentu sehat. Hal ini akan menyebabkan gangguan kesehatan bahkan kecerdasan anak tidak dapat berkembang secara optimal (Jukes, 2006: 15).

Salah satu tujuan dari pendidikan tersebut adalah untuk pembentukan dan pembiasaan perilaku – perilaku yang diharapkan dan menjadi dasar bagi pengembangan pola pribadi dan perilaku selanjutnya (Solehudin : 56). Senada dengan hal tersebut Plum (1997: 39) menuturkan bahwa lebih dari 33% orang tua menaruh kepercayaan untuk menanamkan kebiasaan baik makan sayur dan bekal sehat lainnya di sekolah selain kebiasaan di rumah.

Pengetahuan gizi sejak usia dini diharapkan dapat menjadi sebuah *basic essential nutrition knowledge* agar kelak anak dapat menentukan jajanan sehat yang baik bagi kesehatannya, dan dapat mengingatkan kepada orangtua mereka agar senantiasa mencukupi kebutuhan gizi seimbang setiap harinya (Plum, 1997).

Pendidikan gizi dapat di sosialisasikan kepada anak didik melalui sebuah pembelajaran mandiri maupun maupun terintegrasi dengan tema yang sedang berjalan (Plum, 1997). Adapun salah satu kompetensi profesional yang harus dimiliki oleh guru TK/PAUD adalah mengenal kebutuhan gizi anak serta memahami cara memantau nutrisi, kesehatan dan keselamatan anak.

Dalam sebuah penelitian yang dilakukan Plum (1997) pada sebuah sekolah di Blackburg, Virginia, USA menyatakan bahwa 33% orangtua menyetujui bahwa sekolah adalah salah satu tempat yang sangat penting untuk menanamkan kebiasaan makan sambil duduk serta memberikan pengetahuan mengenai bagaimana memilih makanan yang baik tidak sekedar makanan yang disukai oleh anak tapi tidak mengandung gizi yang cukup.

Senada dengan hal tersebut Polite dkk (2005) menyatakan bahwa pemberian makanan yang sehat dan berprotein akan mempengaruhi perkembangan kognitif anak selanjutnya. Menurut Broom (2005), apa yang anak makan juga ikut mempengaruhi irama pertumbuhan, ukuran badan dan ketahanan terhadap penyakit. Lebih lanjut lagi Pratiwi (2009), melakukan penelitian yaitu implementasi kegiatan makan bersama di taman kanak-kanak, untuk memberikan pengetahuan gizi kepada anak TK. Hasil dari implementasi program makan bersama tersebut dapat memberikan dampak yang positif dan dapat memberikan motivasi bagi anak dan guru dalam melaksanakan pola hidup sehat.

Berdasarkan latar belakang diatas penulis bermaksud untuk memfokuskan pada penelitian mengenai upaya meningkatkan pengetahuan gizi anak, melalui pendidikan gizi di TK Al-Ikhlas Kelas B Kecamatan Parongpong Kabupaten Bandung Barat.

## **B. Perumusan masalah**

Rumusan masalah dalam penelitian ini, dituangkan dalam pertanyaan penelitian sebagai berikut:

**Resty Putriani, 2012**

**Upaya Meningkatkan Penerapan Gizi Anak TK dengan Pendidikan Gizi**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

1. Bagaimana pengetahuan gizi anak di TK Islam Al-Ikhlas Kelas B tahun ajaran 2011/2012 Ciwaruga sebelum diterapkan program pendidikan gizi untuk anak TK?
2. Bagaimana pengetahuan gizi anak di TK Islam Al-Ikhlas kelas B tahun ajaran 2011/2012 Ciwaruga sesudah diterapkan program pendidikan gizi untuk anak TK?
3. Apakah terdapat pengaruh yang signifikan dalam penerapan program pendidikan gizi terhadap peningkatan pengetahuan gizi anak kelas B di TK Islam Al-Ikhlas tahun ajaran 2011/2012 Ciwaruga?

### **C. Tujuan penelitian**

Tujuan penelitian ini, dituangkan dalam pertanyaan penelitian sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui pengetahuan gizi anak di TK Islam Al-Ikhlas Kelas B Tahun Ajaran 2011/2012 Ciwaruga sebelum diterapkan program pendidikan gizi untuk anak TK
2. Untuk Mengetahui pengetahuan gizi anak di TK Islam Al-Ikhlas Kelas B Tahun Ajaran 2011/2012 Ciwaruga setelah diterapkan program pendidikan gizi untuk anak TK
3. Untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh yang signifikan dalam penerapan pendidikan gizi terhadap peningkatan pengetahuan gizi anak TK Islam Al-Ikhlas Kelas B tahun ajaran 2011/2012 Ciwaruga.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **a. Manfaat praktis**

#### 1) Penulis

Penulis memperoleh pengalaman langsung serta mendapatkan informasi bahwa penerapan program pendidikan gizi dapat membantu untuk meningkatkan pengetahuan gizi anak taman kanak-kanak.

#### 2) Sekolah

Memfasilitasi anak didik dengan menggunakan program pendidikan gizi untuk meningkatkan pengetahuan gizi anak taman kanak-kanak, sehingga anak mendapatkan pengetahuan dasar tentang gizi

#### 3) Guru

Guru memperoleh suatu informasi bahwa pendidikan gizi anak sangat penting diberikan kepada anak sedini mungkin, sehingga guru memastikan anak mendapatkan pengetahuan dasar tentang pentingnya gizi.

### **b. Manfaat teoritis**

1) Meningkatkan pengetahuan anak terhadap konsep dasar gizi (*basic essential nutrition*) dengan mengetahui fungsi dan sumber karbohidrat, protein, vitamin dan mineral.

2) Memberikan pemahaman mengenai pemilihan jajanan sehat yang kaya akan gizi.

- 3) Mengembangkan, mempromosikan, menyebarluaskan dan mengevaluasi Pendidikan gizi serta bahan pembelajaran yang digunakan dalam meningkatkan pengetahuan gizi anak TK.

#### **E. Struktur organisasi skripsi**

Adapun struktur organisasi skripsi yang berjudul Program Pendidikan Gizi untuk meningkatkan pengetahuan Gizi anak usia dini adalah :

Pada Bab I terdapat latar belakang, perumusan masalah, tujuan, manfaat penelitian, serta struktur organisasi skripsi.

Pada Bab II, terdapat definisi pendidikan gizi, pengetahuan gizi yang meliputi definisi gizi, definisi zat gizi, macam-macam zat gizi, bahan makanan yang bergizi, definisi pengetahuan gizi, serta penelitian terdahulu yang relevan.

Pada Bab III mengkaji lebih dalam tentang metode penelitian, variabel penelitian, variabel penelitian, definisi operasional variabel, instrumen penelitian serta teknik analisis data.

Pada Bab IV meliputi mengenai hasil penelitian serta pembahasannya. Pada Bab V terdapat kesimpulan dan saran.