

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

Mahluk hidup memerlukan sumber energi untuk tubuh melalui kegiatan mengonsumsi makanan atau minuman. Salah satu faktor yang mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan seseorang yaitu makanan (Rahayu, 2014). Apabila memperhatikan asupan makanan yang dikonsumsi sejak usia dini tentu akan memiliki pengaruh yang besar terhadap tumbuh kembang di setiap usianya. Ketika kesehatan anak kurang baik, maka akan mempengaruhi hal-hal yang berkaitan dengan perkembangan dan aktivitas yang akan dilakukannya. Rendahnya status gizi anak dapat berpengaruh terhadap prestasi belajarnya (Fauzan et al., 2021). Gizi buruk saat awal kehidupan seorang anak dapat menyebabkan gangguan konsentrasi, daya ingat dan kemampuan. Maka dari itu perlu diperhatikannya pemberian makanan pada anak dengan memperhatikan nilai gizi pada makanan yang dikonsumsi oleh anak karena gizi seimbang sangat dibutuhkan untuk mendukung tumbuh kembang yang optimal. Makanan dengan porsi banyak dan memiliki beragam lauk dalam satu piring belum tentu memenuhi nilai gizi yang dibutuhkan.

Anak usia dini perlu memperoleh semua kelompok gizi, yaitu karbohidrat, lemak, protein, vitamin dan mineral dengan porsi yang cukup atau seimbang. Makanan dapat dikatakan seimbang apabila memperhatikan persentase komposisi setiap gizinya, karbohidrat 50-56%, protein 10-20%, lemak 20-30%, gula 5% dari kecukupan energi atau sekitar 3 sampai 4 sendok per harinya (Badan Pengawas Obat dan Makanan, 2013). Gizi seimbang berhubungan dengan pola makan dengan jenis dan jumlah yang dibutuhkan oleh tubuh dengan memperhatikan prinsip variasi makanan, kegiatan fisik, kebersihan, dan berat badan yang ideal.

Jutaan anak di Indonesia terancam dengan tingginya jumlah anak yang kelebihan gizi karena minimnya pengetahuan dalam pemberian makan anak yang tidak memadai sehingga menyebabkan tingginya angka

obesitas (UNICEF Indonesia, 2014). Obesitas disebabkan oleh banyak faktor, diantaranya faktor ekonomi, kebersihan lingkungan, kurangnya akses dalam memperoleh pangan yang terjangkau, penyakit tertentu, dan kurangnya pengetahuan orang tua tentang kebutuhan gizi anak. Menurut Dinas Kesehatan Provinsi Aceh (2023), meningkatnya jumlah kasus obesitas disebabkan oleh konsumsi gula, garam, dan lemak yang berlebih. Konsumsi pangan olahan yang berlebih juga menyebabkan terjadinya obesitas.

Pangan olahan merupakan produk makanan yang diolah oleh industri pangan menggunakan beragam metode dan teknik pengolahan menjadi sebuah produk pangan. NOVA mengklasifikasikan makanan menjadi empat kelompok berdasarkan cara pemrosesannya, diantaranya *unprocessed or minimally processed*, *processed culinary ingredients*, *processed food*, dan *ultra-processed food* (Moubarac et al., 2014). Pangan olahan yang sering dikonsumsi oleh masyarakat dan menyebabkan obesitas yaitu *ultra-processed food*. Menurut Pagliai et al., (2020), UPF atau *ultra-processed food* merupakan makanan yang diformulasikan melalui serangkaian proses industri seperti sereal, makanan ringan, daging olahan, makanan beku, minuman kemasan, dll. UPF diproduksi dengan menambahkan bahan pangan tambahan serta melalui berbagai proses produksi yang panjang yang bertujuan untuk memperpanjang durasi ketahanan produk.

Pada masa pertumbuhan anak, seharusnya orang tua memberikan asupan gizi yang cukup dan seimbang yang diperoleh dari bahan makanan yang asli. Namun tidak jarang para orang tua yang memilih untuk memberikan anak mereka makanan pangan olahan kategori *ultra-processed food* untuk dikonsumsi. Badan Pusat Statistik (2021) melalui data *gross regional domestic product of provinces in Indonesia 2016 – 2020*, Provinsi Jawa Barat menduduki posisi tertinggi se-Pulau Jawa yang mengeluarkan uang untuk konsumsi *ultra-processed food*. Meningkatnya hal ini juga disebabkan oleh tiga sektor, diantaranya pedagang grosir dan eceran, industri pengolahan, dan restoran (Syatira & Ekaria, 2022). Hal ini membuat anak sulit untuk diperkenalkan pada makanan sehat yang berpengaruh terhadap status gizi anak dimana status gizi anak terbilang baik apabila indikator pada grafik pertumbuhannya berada pada rentang normal yang berarti bahwa berat badan sesuai dengan umur dan tinggi badan maupun sebaliknya. Padahal status gizi

yang baik merupakan salah satu faktor yang menentukan keberhasilan seorang anak dalam melaksanakan pembelajaran.

UPF memiliki beragam produk, seperti makanan ringan manis/asin, makanan beku, susu kemasan, dan lainnya yang sejenis. Jenis makanan tersebut sering kali dipilih oleh orang tua untuk diberikan kepada anak mereka karena lebih tidak membutuhkan waktu lama dalam pembuatannya, mudah ditemukan, harga terjangkau, dan jenisnya beragam. Padahal konsumsi UPF merupakan salah satu faktor yang menyebabkan masalah obesitas (Setyaningrum & Adiningsih, 2020). Beberapa orang tua juga memilih UPF karena terdapat produk yang memiliki klaim organik, berbahan dasar sayur-sayuran maupun buah-buahan, tidak melewati proses penggorengan, dan lain sebagainya, sehingga hal tersebut menjadi alasan untuk membeli dan mengonsumsi beragam produk tersebut. Makanan ringan berupa snack, biskuit, dan susu kotak kemasan juga menjadi kesukaan anak-anak sebagai makanan sampingan.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh *Institute for Health Metrics and Evaluation* (2020) mengenai *Global Burden of Disease* (GBD), penyebab kematian ke-10 tertinggi di dunia disebabkan oleh UPF dengan menyumbang 11,6 juta kematian pada tahun 2020. Merujuk pada hal tersebut maka penelitian penting untuk dilakukan karena UPF menjadi permasalahan kesehatan yang serius. Penelitian ini berkontribusi dalam meningkatkan kesadaran orang tua tentang bahaya UPF. Hasil dari penelitian yang dilakukan dapat digunakan sebagai dasar untuk mengembangkan sebuah program edukasi yang untuk meningkatkan pemahaman orang tua mengenai UPF, dan hal tersebut merupakan sebuah kebaruan dari penelitian ini.

Makanan yang dikonsumsi anak akan berperan besar dalam kehidupannya di masa depan. Kebiasaan makan sejak kecil akan mempengaruhi, bahkan menjadi kebiasaan makan hingga anak beranjak dewasa. Pengetahuan dan kemampuan orang tua untuk membantu menyediakan dan mengelola makanan sehat sangatlah penting. Oleh karena itu penelitian ini perlu dilakukan untuk mengetahui tingkat pemahaman orang tua terhadap konsumsi *ultra-processed food* sehingga apabila terdapat banyak orang tua yang masih memiliki pengetahuan yang kurang

mengenai bahaya dari konsumsi UPF dapat segera diatasi agar anak dapat bertumbuh dan berkembang dengan baik dan optimal.

1.2 Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu:

1. Bagaimana pemahaman orang tua mengenai konsumsi *ultra-processed food* pada anak?
2. Apa saja faktor yang mempengaruhi orang tua dalam pemberian produk *ultra-processed food* pada anak?
3. Bagaimana upaya tindak lanjut orang tua untuk meminimalisir penggunaan produk *ultra-processed food*?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah diuraikan diatas, maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini yaitu:

1. Untuk mengetahui pemahaman orang tua terhadap konsumsi *ultra-processed food* pada anak.
2. Untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi orang tua dalam memberikan produk *ultra-processed food* pada anak.
3. Untuk mengetahui upaya tindak lanjut orang tua dalam meminimalisir penggunaan produk *ultra-processed food*.

1.4 Manfaat Penelitian

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat kepada orang tua. Adapun manfaat yang diharapkan dalam penelitian ini diantaranya:

1. Manfaat teoritis

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat membantu meminimalisir adanya konsumsi *ultra-processed food* pada anak serta menciptakan generasi sehat di masa mendatang.

2. Manfaat praktis

- a. Bagi orang tua

Diharapkan dapat menambah pengetahuan orang tua terkait pentingnya kontribusi dan peranannya dalam memenuhi gizi anak dan memberikan pemahaman terhadap konsumsi *ultra-processed food* pada anak.

b. Bagi peneliti

Diharapkan dapat menambah pengetahuan terkait *ultra-processed food* dan membantu khalayak dalam memberikan informasi melalui penelitian yang dilakukan.

1.5 Struktur Organisasi Skripsi

Bagian struktur penulisan memuat sistematika penulisan skripsi dengan memberikan gambaran yang terkandung pada setiap bab, urutan penulisan, dan hubungan antara satu bab dengan bab lainnya dalam membentuk sebuah kerangka untuk skripsi. Gambaran yang terkandung di dalamnya adalah sebagai berikut:

BAB I Pendahuluan. Bagian pendahuluan dalam penelitian berisikan latar belakang penelitian mengenai topik yang diangkat yaitu “Tingkat Pemahaman Orang Tua Terhadap Konsumsi *Ultra-Processed Food* Pada Anak”, rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi/penulisan.

BAB II Kajian Pustaka. Bagian kajian pustaka dalam penelitian memberikan konteks yang jelas terhadap topik atau permasalahan yang diangkat dalam penelitian. Pada bagian ini, peneliti membandingkan, mengontraskan, dan memposisikan kedudukan setiap penelitian yang dikaji melalui pengaitan masalah yang sedang diteliti.

BAB III Metode Penelitian. Bagian metode penelitian berisi rancangan alur penelitian dimulai dari pendekatan penelitian, desain penelitian, populasi dan sampel, definisi operasional, instrumen penelitian pengumpulan data, analisis data, dan prosedur penelitian.

BAB IV Temuan dan Pembahasan. Bagian temuan dan pembahasan diawali dengan ringkasan mengenai temuan penelitian yang berisi tentang hasil analisis data serta melakukan evaluasi apakah temuan utama yang dihasilkan dari analisis data tersebut menjawab pertanyaan penelitian yang diajukan.

BAB V Simpulan, Implikasi, dan Rekomendasi. Bagian ini menyajikan interpretasi dan pemaknaan peneliti terhadap hasil temuan penelitian serta menuliskan hal-hal penting yang dapat dimanfaatkan dari hasil penelitian tersebut.