BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anak usia balita merupakan generasi *gold brain* dimana pertumbuhan dan perkembangan otak sedang berkembang. Masa balita adalah masa dimana anak mengalami pertumbuhan yang pesat. Masa ini sangat penting terjadi pertumbuhan dasar yang akan mempengaruhi dan menentukan perkembangan anak selanjutnya. Dalam hal konsumsi pangan, pada usia ini anak masih merupakan golongan konsumen pasif, dimana belum dapat mengambil dan memilih makanan sendiri sesuai dengan kebutuhannya sehingga pada usia ini anak sangat rentan terhadap berbagai masalah kesehatan apabila kondisinya kurang gizi (Santoso dan Ranti , 2009: 72).

Banyaknya masalah gizi terjadi di Indonesia, menurut UNICEF (2012) di Indonesia 40% anak balita di pedesaan terhambat pertumbuhannya. Selain itu menurut Riskesdas (2010) prevalensi kependekan, kekurusan, dan kegemukan pada balita di Indonesia, sangat kurus 6,0%, kurus 7,3 %, normal 72,8% dan obesitas 14,0%. Berdasarkan data tersebut balita dengan kondisi normal di Indonesia sudah mencapai 72,8%, akan tetapi masih ada balita yang memiliki kondisi sangat kurus dengan presentase 6,0%, kurus 7,3% dan balita dengan kondisi obesitas 14,0%. Jika kita lihat berdasarkan data tersebut, jumlah presentase pertumbuhan balita yang cukup besar yakni sekitar 27,3% balita termasuk dalam kategori tumbuh kembang tidak optimal di Indonesia. Hal ini dapat disebabkan karena pola makan balita yang tidak seimbang, dimana kurangnya asupan gizi dapat menyebabkan kondisi balita menjadi sangat kurus atau kurus, dan kelebihan asupan gizi dapat menyebabkan kondisi balita menjadi kegemukan, sehingga pertumbuhan dan perkembangan fisik balita tidak optimal.

Pola makan yang sehat dibutuhkan anak-anak untuk mendapatkan gizi yang seimbang. Keseimbangan gizi yang didapat melalui pola makan yang

Ema Mariatul Qibtiyah, 2014
PEMBIASAAN POLA MAKAN BALITA DI LINGKUNGAN KELUARGA SEJAHTERA 1 DESA CIBODAS BUNGURSARI PURWAKARTA
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

sehat akan berpengaruh positif terhadap kesehatan serta tumbuh kembang anak (Anggraeni, 2003:11). Status kesehatan serta pertumbuhan perkembangan anak yang optimal didapat melalui asupan gizi yang seimbang. Pola makan yang sehat merupakan satu cara yang dibutuhkan anak untuk mendapatkan gizi yang seimbang, dimana anak mengkonsumsi aneka ragam jenis makanan dengan jumlah makan yang sesuai dengan kebutuhannya.

Orang tua mempunyai peran penting dalam mengatur pola makan anak di lingkungan keluarga. Orang tua harus memastikan anak mendapat asupan gizi yang cukup dari makanan yang dikonsumsinya. Makanan yang mengandung gizi seimbang adalah makanan yang mengandung prinsip empat sehat dan lima sempurna. Orang tua harus menanamkan kepada anak tentang betapa pentingnya pola makan yang sehat bagi tubuh manusia. Makanan apa saja yang harus dikonsumsi anak dan yang tidak boleh dikonsumsi harus ditanamkan sejak dini kepada anak agar ketika di sekolah atau bermain, anak tidak mengkonsumsi jajanan yang tidak sehat.

Pendidikan merupakan suatu usaha manusia dalam membentuk kepribadian dan mengembangkan potensi diri agar sesuai dengan norma dan aturan yang berlaku di dalam masyarakat. Pendidikan bukan hanya di butuhkan oleh orang dewasa, akan tetapi juga dibutuhkan oleh anak-anak. Pendidikan usia dini merupakan suatu upaya pembinaan yang ditunjukan bagi anak sejak lahir hingga usia 6 tahun untuk membantu perkembangan dan pertumbuhan anak baik secara formal, informal, maupun nonformal.

Lingkungan keluarga merupakan tempat anak mendapatkan pendidikan secara informal. Pendidikan informal menurut Coombs dalam (Tanpatinta, 2011:1) adalah :

> proses yang berlangsung sepanjang usia sehingga sehingga setiap orang memperoleh nilai, sikap, keterampilan, dan pengetahuan yang bersumber dari pengalaman hidup sehari-hari, pengaruh lingkungan termasuk di dalamnya adalah pengaruh kehidupan keluarga, hubungan dengan tetangga, lingkungan pekerjaan dan permainan, pasar, perpustakaan, dan media massa.

Lingkungan keluarga merupakan tempat pendidikan pertama bagi anak. Berbagai kebiasaan dipelajari anak di lingkungan keluarga, seperti kebiasaan tidur, kebiasaan makan, dan berbagai kebiasaan yang berkaitan dengan aktivitas anak sehari-hari. Suatu kebiasaan dalam keluarga yang di lakukan setiap hari dan berulang –ulang akan membentuk suatu pola. Pola yang baik dapat di bentuk dalam lingkungan keluarga melalui proses pembiasaan. Pengertian pembiasaan menurut Departemen Pendidikan Nasional (2007:4) "merupakan proses pembentukan sikap dan perilaku yang relatif menetap dan bersifat otomatis melalui proses pembelajaran yang berulang-ulang". Pada usia balita perlu adanya pembiasaan pola makan yang baik dimana anak di didik untuk dapat menerima, menyukai, memilih, dan mengkonsumsi berbagai jenis makanan yang menyehatkan dengan jumlah makanan yang sesuai dengan kebutuhan gizinya, dan mengkonsumsi makanan tepat pada waktunya.

Kondisi ekonomi keluarga sangat mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak balita. Menurut UNWP (*United Nation World Program)* saat ini keluarga yang hidup miskin dan hampir miskin (dengan jumlah penghasilan antara Rp. 9000,- s/d 18.000,- per hari), ternyata jumlahnya lebih dari 90 juta orang atau 42% dari jumlah penduduk Indonesia. Masalah gizi di Indonesia saat ini tidak lepas dari faktor kemiskinan, menurut data Susenas (2010) sebanyak 63% penduduk Indonesia miskin. Oleh sebab itu masih banyak masalah gizi yang terjadi di Indonesia di akibatkan karena minimnya pendapatan untuk memenuhi kebutuhan pangan sehari-hari.

Penelitian ini akan di lakukan pada balita di lingkungan keluarga sejahtera I di Desa Cibodas. Keluarga Sejahtera I merupakan keluarga yang dapat memenuhi kebutuhan dasar secara minimal, dengan tingkat pendapatan dan daya beli terhadap pemenuhan sandang pangan terbatas pada sumber daya yang dimiliki. Keluarga sejahtera I juga merupakan keluarga yang di kategorikan kedalam keluarga miskin yang menerima bantuan langsung tunai (BLT) dari pemerintah. Keluarga Sejahtera I dihadapkan pada kondisi untuk

memenuhi kebutuhan kesehatan gizi balita secara optimal agar pertumbuhan dan perkembangan balita optimal.

Fenomena tersebut menjadi salah satu daya tarik penulis untuk meneliti lebih lanjut bagaimana pembiasaan pola makan balita di lingkungan keluarga sejahtera I terkait dengan proses pendidikan gizi sejak dini pada balita melalui pembiasaan pola makan, penyediaan berbagai jenis makanan yang di konsumsi dan pemenuhan jumlah makan sesuai dengan kecukupannya. Berdasarkan permasalahan diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul "**Pembiasaan Pola Makan Balita Di Lingkungan Keluarga Sejahtera 1 Desa Cibodas Bungursari Purwakarta**".

B. Rumusan Masalah

Adapun perumusan masalah pada penelitian ini adalah "Bagaimana pembiasaan pola makan balita di lingkungan keluarga sejahtera 1 Cibodas Bungursari Purwakarta".

C. Tujuan Penelitian

Tujuan yang hendak dicapai penulis dalam penelitian ini adalah agar penulis memperoleh gambaran Pembiasaan Pola Makan Balita di Lingkungan KS-1 Cibodas Bungursari Purwakarta. Tujuan khusus penelitian ini adalah memperoleh gambaran yang lebih rinci mengenai :

1. Pembiasaan pola makan balita di Lingkungan KS-1 Cibodas Bungursari Purwakarta berkaitan dengan jenis makanan yang dikonsumsi.
2. Mengetahui gambaran pembiasaan pola makan balita di Lingkungan KS-1 Cibodas Bungursari Purwakarta berkaitan dengan jumlah makan yang dikonsumsi.
3. Mengetahui gambaran pembiasaan pola makan di Lingkungan KS-1 Cibodas Bungursari Purwakarta terkait dengan cara mendidik anak untuk dapat menerima, menyukai, dan memilih makanan yang menyehatkan.

D. Manfaat Penilitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi semua kalangan diantaranya:

1. Bagi kader: dapat memberikan gambaran mengenai pembiasaan pola makan sehat untuk balita di lingkungan keluarga sejahtera 1, sehingga menambah wawasan dan memberikan pengetahuan kepada masyarakat mengenai pembiasaan pola makan sehat untuk balita.
2. Bagi Penyuluh di bidang gizi: dapat memberikan gambaran mengenai pembiasaan pola makan sehat untuk balita, sehingga menambah wawasan dan pengetahuan. Serta dapat memeberikan pengetahuan kepada masyarakat mengenai pembiasaan pola makan balita.
3. Bagi peneliti, dapat menambahkan dan meningkatkan wawasan tentang pembiasaan pola makan sehat untuk balita di lingkungan keluarga sejahtera 1.

E. Struktur Organisasi Skripsi

Struktur penulisan pada penelitian ini adalah :

BAB I Pendahuluan, berisi uraian tentang pendahuluan yang terdiri dari :

A. Latar Belakang Masalah
B. Rumusan Masalah
C. Tujuan Penelitian
D. Manfaat Penelitian
E. Struktur Organisasi Skripsi

BAB II Tinjauan Pustaka, berisi uraian tentang teori yang sedang di kaji yang terdiri dari :

A. Pembiasaan Pola Makan
B. Balita
C. Keluarga Sejahtera I

BAB III Metodelogi Penelitian, berisi uraian tentang metode penelitian yang terdiri dari :

A. Lokasi, Populasi dan Sampel Penelitian

B. Metode Penelitian

C. Definisi Operasional

D. Instrumen Penelitian

E. Teknik Pengumpulan Data

F. Analisis Data

BAB IV Hasil dan Pembahasan, uraian tentang hasil penelitian yang terdiri dari :

A. Hasil Penelitian dan Pemaparan Data

B. Pembahasan

BAB V Kesimpulan, uraian tentang penafsiran dan pemaknaan peneliti terhadap hasil analisis penelitian yang terdiri dari :

A. Kesimpulan

B. Saran