

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Asupan makanan bergizi pada anak memegang peranan penting dalam optimalisasi tumbuh kembang anak (Sulistyoningsih, 2011). Proses pertumbuhan dan perkembangan terjadi pada 5 tahun pertama kehidupannya (Loeziana, 2013). Setiap makanan bergizi yang dikonsumsi memiliki manfaatnya masing-masing bagi tubuh anak seperti meningkatkan perkembangan sel otak, meningkatkan daya ingat, meningkatkan pertumbuhan tinggi badan dan berat badan anak, meningkatkan pertumbuhan tulang dan gigi, mengatur jaringan otot dalam aktivitas motorik anak, dan lain-lain (Rahmi, 2019). Oleh karena itu, makanan yang diberikan harus diperhatikan sesuai kebutuhan anak sehingga dapat menunjang pertumbuhan yang optimal dan dapat mencegah timbulnya penyakit- penyakit defisiensi yang mengganggu kelangsungan hidup anak (Darwis dkk., 2019).

Pentingnya mengkonsumsi makanan bergizi bagi anak karena dapat meningkatkan proses perkembangan otak (Heni dkk., 2020). Dalam makanan, ikan memiliki kandungan omega 3, *lean* protein, *zinc*, *iodine*, vitamin B, *fatty acid* yang baik untuk perkembangan otak anak (Kesmas, 2014). Sejalan dengan itu, Ilmuwan di University of Eastern Finland menemukan fakta bahwa kepintaran anak-anak berusia 5-8 tahun tidak terlepas dari mengkonsumsi makanan ikan yang rutin (Haapala dkk, 2016). Perkembangan otak berhubungan dengan kognitif anak yang berdampak dalam aktivitas intelektual yang disadari seperti berpikir, menjelaskan, membayangkan, mempelajari kata dan menggunakan bahasa (Webster 1996 dalam Hastuti, 2010).

Kemampuan motorik anak dipengaruhi oleh asupan makanan bergizi yang cukup, dimana apabila asupan tersebut terpenuhi maka energi yang dihasilkan dapat membantu proses motoriknya (Prasetya, 2013). Sejalan dengan itu, Rizqie Auliana (2011) menyebutkan ketika anak memasuki usia 1 tahun anak mulai mengeksplorasi lingkungan sekitar dengan cara berjalan, melompat, berlari dan sebagainya.

Maka diperlukan makanan yang mengandung protein, kalori, Vitamin A, besi (Fe), seng (Zn) (Wahyudi, 2012). Perkembangan motorik akan membatu anak dalam kehidupan sehari-hari seperti penelitian yang dilakukan Zulkarnain (2017) di Makassar menunjukkan anak yang mengkonsumsi makanan bergizi yang mengandung vitamin B12 (value = 0,020) dan zat besi (value = 0,005) berpengaruh terhadap pertumbuhan psikomotoriknya.

Kurangnya mengkonsumsi makanan bergizi dapat mengakibatkan kekebalan tubuh yang rendah dan menyebabkan kerentanan terhadap berbagai macam penyakit difisiensi pada anak (Valeria dkk., 2020). Beberapa macam penyakit kronis yang menyerang pada anak yang kekurangan gizi diantaranya Kurang Energi Protein (KEP), anemia zat besi, Gangguan Kekurangan Yodium (GAKY), masalah kekurangan vitamin A, stunting dan wasting (Rahma dkk., 2015). Kekurangan energi protein (KEP) adalah keadaan kurang gizi yang disebabkan oleh rendahnya konsumsi energi dan protein dalam makanan sehari-hari sehingga tidak memenuhi angka kecukupan gizi (Theresia dkk., 2019). Riskesdas (2019) melaporkan prevalensi KEP di Indonesia sebesar 17,7% sedangkan target dari RPJMN tahun 2019 adalah 17% persentase tersebut menyatakan bahwa masih besarnya anak yang mengalami kekurangan energi protein di Indonesia. Anemia difisiensi zat besi dan kurangnya konsumsi Vitamin A terjadi ketika kekurangan asupan sayur, kacang-kacangan, daging, kentang, buah-buahan (Dewi dkk., 2012). Dan asupan makanan susu, keju, hati, kuning telur, ayam (Thomson, 2008). Prevalansi penyakit anemia zat besi yang terjadi di Amerika Latin dan Karibia sebanyak 128.311 jumlah anak usia dini yang mengalami anemia besi sebesar 32,93% hal ini disebabkan karena adanya factor ekonomi rendah pada keluarga sebesar 25,75% sehingga anak tidak mendapatkan asupan makanan yang mengandung zat besi dengan cukup (Lucia dkk., 2019). Kekurangan Vitamin A sering terjadi pada ibu hamil dan menyebabkan kecacatan pada bayi yang dilahirkan (Gernard dkk., 2016). Penelitian yang dilakukan di negara Cina, sebanyak 143 ibu hami mengalami difisiensi vitamin A sebesar 16,80% (Chun Yang, 2016).

Sedangkan di Bangladesh ibu hamil yang mengalami kekurangan Vitamin A sebesar 20% (El Khasab, 2013). Penelitian yang dilakukan oleh Ernawati dkk (2013) pada bulan juni-juli 2013 di beberapa puskesmas di wilayah kabupaten tasikmalaya dan ciamis menunjukkan bahwa anak usia 5 tahun memiliki kecenderungan berisiko mengalami anemia dengan variabel asupan makanan mengandung Vitamin A sebesar 3,33 kali ( $p=0.063$ ). Iodium merupakan bagian dari hormon tiroksin yang berfungsi dalam pengaturan pertumbuhan dan perkembangan anak (Asyati Mutalazimah, 2010). Apabila terjadi defisiensi iodium akan menyebabkan *Growth Hormone* (Zimmerman, 2011). Dalam *Journal Litbang* yang dilakukan oleh Hartono (2017) menunjukkan perkembangan bayi yang dilahirkan oleh ibu hamil yang kekurangan yodium mengalami keterlambatan sampai usia 2 tahun. Keterlambatan berupa perkembangan motorik kasar dan halus, personal-sosial, adaptasi, dan juga komunikasi. Stunting dan Wasting telah menjadi permasalahan yang mendunia, *Data World Health Organization* (2018) terdapat 21,9% masalah stunting dan wasting terjadi pada anak di dunia. Lebih dari setengahnya, anak yang menderita stunting dan wasting berasal dari Benua Afrika dan Asia, Indonesia mendapati tertinggi kedua di Benua Asia sebesar 36,4%. Prevalensi stunting dan wasting tertinggi di Indonesia berada di Nusa Tenggara Timur (42,6%), Sulawesi Barat (41,6%) dan Aceh (37,1%) (Kemenkes, 2018). Di Jawa Barat sendiri prevalensi stunting dan wasting mencapai angka 41,08% (Tim Nasional Percepatan Penanggulangan Kemiskinan, 2017). Penyakit-penyakit defisiensi tersebut apabila tidak ditangani dengan cepat akan mengganggu proses pertumbuhan dan perkembangan juga dapat menyebabkan kematian (Notoadmodjo, 2003).

Masalah kelebihan memakan makanan menyebabkan kelebihan berat badan (obesitas) menjadi penyakit baru di era urban saat ini (Sanusi dkk., 2020). Obesitas terjadi karena adanya pola makan pada anak dengan jumlah porsi yang besar, makanan tinggi energi seperti tinggi lemak, tinggi karbohidrat dan tidak diimbangi dengan buah-buahan serta sayuran, salah dalam memilih makanan seperti *junk food*, makanan dalam kemasan dan minuman ringan (Mothlag dkk., 2015).

Kurangnya aktifitas fisik seperti olahraga, berjalan, dan tingginya perilaku menetap oleh adanya berbagai media elektronik seperti televisi, gadget, computer dan lain-lain juga mempengaruhi terjadinya obesitas pada anak (Puthussery & Mistry, 2015). Anak yang mengalami obesitas akan mengalami kesulitan bernafas, peningkatan resiko patah tulang, hipertensi, penanda awal penyakit kardiovaskular, resistensi insulin dan efek psikologis, akan berdampak kecacatan yang lebih tinggi pada usia dewasa dan dapat menyebabkan kematian dini (Sugiatmi dkk., 2019). Menurut Blossner dkk (2010) bahwa beberapa tahun terakhir peningkatan prevalensi overweight pada anak usia 5 tahun terjadi hampir disepuluh dunia karena adanya konsep pertumbuhan anak dengan istilah “berat berarti sehat”, “semakin besar semakin baik” beredar luas di masyarakat dan dianggap positif bagi orangtua. Sensus di Amerika menemukan bahwa anak berusia 2-5 tahun mengalami obesitas sebesar 14% pada tahun 2014 (American heart association-American stroke association, 2014). Pada tahun 2016 *Global Nutrition Report* mengatakan angka obesitas di Indonesia pada perempuan sebesar 8,9% dan laki-laki sebesar 4,8%. Di Jawa Barat angka obesitas pada perempuan dan laki-laki sebesar 10,7% dan 7,9% (Risikesdas, 2013). Penelitian yang dilakukan di Depok, Jawa Barat bahwa anak yang tidak rutin sarapan pagi akan mengalami obesitas lebih tinggi (25,7%) dibandingkan yang rutin sarapan pagi, hal ini dikarenakan pagi hari tanpa sarapan menyebabkan kadar glukosa darah menurun. Kadar glukosa darah yang menurun menyebabkan tubuh mengirim impuls ke otak sehingga muncul rasa lapar. Stimulasi tersebut akan menyebabkan keinginan makan dalam jumlah yang lebih banyak (Putri dkk., 2018).

Pemberian makan pada anak dipengaruhi oleh pengetahuan ibu (Nuris dkk., 2014). Pengetahuan ibu berpengaruh terhadap status gizi anak karena ibu lebih dekat dengan anak dan tahu tentang kebutuhan yang diperlukan anak (Budiarti dkk., 2011). Penelitian yang berjudul “Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Dan Tumbuh Kembang Anak Usia 2-5 Tahun” bahwa adanya hubungan yang nyata dan positif antara pengetahuan ibu

mengenai gizi dan tumbuh kembang anak serta pendidikan yang dimiliki orangtua terutama ibu. Semakin tinggi pengetahuan ibu dan tingkat pendidikannya maka pengetahuan mengenai gizi dan tumbuh kembang anak semakin baik (Novera, 2011). Saaka (2014) menyebutkan bahwa ibu dari balita gizi kurang memiliki tingkat pendidikan yang cenderung hanya tamatan SMP/MTs dibandingkan balita yang bergizi baik dan tingkat pendidikan ibu lebih tinggi. Penelitian di Amerika Selatan juga mengungkapkan bahwa pendidikan gizi pada ibu yang mempunyai anak dapat merubah perilaku ibu dalam pemberian makan pada anaknya (Alexsandria dkk., 2005).

Kondisi keuangan keluarga yang kurang juga dapat mempengaruhi pemberian makan pada anak (Wilson dkk., 2004). Daya beli keluarga pada makanan bergizi dipengaruhi oleh pendapatan keluarga karena dalam menentukan ragam dan jenis pangan yang akan dibeli tersebut tergantung pada besar kecilnya pendapatan yang diperoleh (Riyadi dkk., 2006). Ibu yang tidak bekerja di samping ayah yang mencari nafkah akan lebih memudahkan keluarga tersebut memenuhi kebutuhan rumah tangganya terutama kebutuhan terhadap pangan anak. Hal tersebut yang membuat banyak ibu tidak memperhatikan kandungan gizi dalam pemberian makan (Amelinda & Rahayu, 2015). Penelitian yang dilakukan di *New Zealand* tentang “Dinamika keluarga, faktor ekonomi keluarga terhadap kesehatan anak” menyatakan pendapatan orang tua berkorelasi positif dengan kesehatan anak. Anak-anak dari orang tua kaya lebih sehat, berperilaku lebih baik, lebih bahagia dan lebih berpendidikan selama masa kanak-kanak mereka dan menjadi lebih kaya ketika mereka dewasa daripada anak-anak dari keluarga miskin (Mayer, 2001).

Jumlah penduduk di Indonesia yang terus meningkat setiap tahun, saat ini penduduk di Indonesia berjumlah 271.006.000 jiwa (Kompas, 2020). Menurut Wangsaatmaja dkk (2006) hal tersebut terjadi karena pertumbuhan sosial dan ekonomi yang terus meningkat, menimbulkan adanya tekanan bagi masyarakat miskin secara terus menerus dan mengubah penggunaan lahan yang tidak layak huni dan di manfaatkan menjadi sebuah pemukiman oleh masyarakat setempat di DAS Citarum.

Keadaan DAS Citarum juga diperburuk dengan pola hidup masyarakat yang tidak menjaga lingkungan sehingga menyebabkan kerusakan di daerah aliran sungai semakin parah. Kebiasaan membuang sampah di aliran sungai, penggundulan hutan untuk pembangunan permukiman, alih fungsi hutan menjadi lahan perkebunan dan pertanian, menjadi faktor yang menyebabkan kerusakan DAS Citarum (Retnowati & Istiana, 2019). Hal ini yang mendorong penulis untuk meneliti bagaimana pandangan ibu yang bertempat tinggal di DAS Citarum dalam memberikan makanan bergizi pada anak usia dini.

## **B. Rumusan Masalah Penelitian**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, penelitian ini difokuskan untuk menjawab permasalahan utama yakni “Bagaimana pemahaman orangtua dalam memberikan makanan bergizi pada anak usia dini pada kelompok masyarakat di Bantaran Sungai Citarum?” Permasalahan utama tersebut dirumuskan ke dalam pertanyaan penelitian sebagai berikut:

1. Bagaimana pandangan ibu mengenai makanan bergizi bagi anak?
2. Bagaimana penerapan makanan bergizi sehari-hari bagi anak?
3. Kendala yang dialami ibu dalam pemberian makanan bergizi bagi anak?
4. Apa solusi yang diberikan ibu dalam mengatasi kendala pemberian makanan bergizi bagi anak?
5. Dampak yang dialami dalam Pemberian Makanan yang kurang bergizi?

### **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan umum dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui pemahaman orangtua mengenai gizi yang terkandung dalam makanan yang diberikan pada anak di bantaran sungai citarum, Sedangkan tujuan khususnya untuk menghasilkan data empirik tentang:

1. Mengetahui pemahaman orangtua mengenai makanan bergizi bagi anak
2. Mengetahui penerapan orangtua dalam memberikan makanan bergizi bagi anak
3. Mengetahui kendala yang dimiliki orangtua dalam memberikan makanan bergizi bagi anak
4. Mengetahui solusi yang dilakukan orangtua dalam memberikan makanan bergizi bagi anak
5. Mengetahui dampak konsumsi makanan yang kurang bergizi

### **D. Manfaat Penelitian**

Manfaat dari penelitian ini terbagi menjadi dua, yakni manfaat secara teoritis dan praktis. Sebagai Berikut:

#### **1. Manfaat Teoretis**

Penelitian ini dapat menjadi acuan konseptual maupun teoretis yang dapat menambah pengetahuan mengenai hal-hal terkait pemenuhan makanan bergizi pada anak dan penelitian ini bias dijadikan acuan bagi peneliti lain yang memiliki gagasan yang sama.

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

Manfaat secara praktis dapat dirasakan bagi beberapa pihak sebagai berikut:

##### **a. Bagi Orangtua**

Mampu menambah pengetahuan mengenai manfaat makanan yang baik dan bergizi, sehingga orangtua tidak perlu cemas lagi dengan makanan yang dikonsumsi anak-anak karena sudah terjamin dengan mutu yang dibuat sendiri.

b. Bagi Anak

Memberikan manfaat pengetahuan mengenai makanan yang baik dan sehat, juga bisa mengetahui jumlah kebutuhan gizi anak-anak sehingga anak tetap bisa mendapatkan asupan makanan yang baik.

c. Bagi Peneliti

Memberikan pengetahuan tambahan dan juga pengalaman yang sangat berharga, selain mendapatkan informasi dari kegiatan perkuliahan dan teori yang didapat, namun peneliti juga bisa merasakan langsung mengenai bagaimana manfaat makanan bagi kesehatan anak-anak. Sehingga bisa menjadi bekal pengetahuan di masa mendatang.

## **E. Struktur Organisasi Skripsi**

Uraian dari skripsi ini dibagi menjadi beberapa bagian yang keseluruhannya berkaitan dengan Pemahaman orangtua dalam memberikan makanan bergizi di bantaran sungai citarum.

BAB I skripsi ini akan membahas apa yang menjadi latar belakang penelitian, identifikasi masalah penelitian yang menjadi batasan-batasan penelitian, rumusan masalah penelitian untuk memperoleh jawaban yang diharapkan, tujuan penelitian yang menjadi maksud dari penelitian, manfaat apa yang akan didapatkan dari penelitian serta struktur organisasi skripsi ini sendiri.

BAB II berisikan tentang kajian teori yang berkaitan dengan penelitian. Teori- teori yang dari ahlinya yang akan digunakan sebagai acuan dan dasar untuk mengulas hasil penelitian.

BAB III berisi metode penelitian yang akan digunakan. Yang sekiranya dapat membantu selama penelitian dengan harapan memperoleh hasil penelitian



yang sebenar-benarnya dan dapat dipertanggung jawabkan tanpa rekayasa maupun pembohongan.

BAB IV membahas temuan-temuan yang didapatkan dilapangan. Yakni berisikan deskripsi tentang bagaimana cara orangtua memberikan makanan bergizi bagi anak dan sejauh mana pemahaman yang diketahui orangtua dalam memberikan makanan begizi

BAB V akan memaparkan kesimpulan dari hasil penelitian namun tetap berlandaskan teori yang ada. kemudian akan dipaparkan juga saran dan rekomendasi yang sekiranya berguna untuk pembaca, orang tua, maupun praktisi dibidang anak. Pada akhir penyusunan skripsi akan berisikan daftar pustaka, lampiran- lampiran baik yang menjadi referensi maupun yang didapatkan selama penelitian seperti catatan lapangan, dokumen-dokumen, serta foto-foto yang mendukung selama penelitan.









