

# **BAB I PENDAHULUAN**

## **A. Latar Belakang Masalah**

Indonesia merupakan negara yang sedang membangun disegala bidang, salah satunya adalah bidang kesehatan. Dalam pembangunan yang pesat ini maka harus diimbangi dengan sumber daya manusia yang produktif dan berkualitas. Sesuai dengan pendapat Argadiredja, (2003:1) bahwa :

Pembangunan sumber daya manusia adalah upaya untuk menciptakan suatu lingkungan dimana manusia dapat mengembangkan potensi dirinya secara penuh menuju terciptanya hidup yang produktif dan kreatif sesuai dengan tujuan hidupnya masing-masing dan salah satu komponen dasar dari pembangunan sumber daya manusia adalah pembangunan kesehatan.

Terpenuhinya gizi balita merupakan salah satu faktor yang menentukan kualitas sumber daya manusia di masa depan, namun dalam pencapaiannya masih dihadapkan pada berbagai masalah diantaranya masih banyaknya balita yang belum terpenuhi gizinya sesuai dengan kebutuhannya atau sering disebut gizi kurang. Menurut Soekirman (2000:84) masalah kekurangan gizi ini diantaranya disebabkan oleh konsumsi makanan yang tidak seimbang atau disebabkan karena suatu penyakit, kurangnya pendidikan, pengetahuan dan keterampilan dari orang tua serta disebabkan oleh faktor ekonomi.

Peran ibu dalam memperbaiki gizi balitanya sangat menentukan kehidupan masa depan anak, oleh karena itu kepedulian ibu sangat diperlukan sebab ibu merupakan tokoh utama yang paling bertanggung jawab terhadap tumbuh kembang anak terutama dalam penyelenggaraan menu seimbang bagi anak balitanya. Begitu pentingnya peran ibu dalam memperbaiki gizi balitanya, maka dari itu perlu ditingkatkan pengetahuan dan keterampilannya terutama dalam penyelenggaraan makanan sehat seimbang.

Salah satu upaya dalam meningkatkan pengetahuan ibu tentang penyelenggaraan makanan bagi balita diantaranya melalui kegiatan penyuluhan gizi sebagai program Posyandu yang dilakukan oleh kader Posyandu. Penyuluhan gizi ini bertujuan untuk memberikan pengertian atau pemahaman dan keterampilan dalam menyelenggarakan makanan sehat seimbang untuk balita yang berpedoman pada pola makan sehat seimbang, sehingga diperoleh perilaku makan yang baik bagi balita. Penyuluhan gizi menurut Pranadji (1992:3) adalah :

Penyuluhan gizi adalah suatu proses perubahan perilaku yang dimaksudkan agar terjadi perubahan perilaku pada diri sasaran hingga mereka tahu, mau dan mampu menggunakan jenis-jenis pangan bergizi dalam konsumsi pangan sehari-hari dalam rangka menjaga dan meningkatkan kondisi kesehatan diri keluarga.

Materi yang diberikan dalam kegiatan penyuluhan gizi yang dilakukan oleh kader Posyandu ini mengacu pada Pedoman Umum Gizi Seimbang (PUGS), yaitu pedoman dasar tentang gizi seimbang yang disusun sebagai penuntun pada perilaku konsumsi makanan masyarakat secara baik dan benar (Almatsier, 2004:12). Materi penyuluhan gizi yang disampaikan kepada ibu balita yaitu mengenai penyelenggaraan makanan sehat seimbang. Penyelenggaraan makanan sehat seimbang sesuai dengan pendapat Tarwotjo adalah (1983:17) “suatu kegiatan yang meliputi perencanaan, pembelian, penyimpanan, pengolahan dan menghidangkan makanan”.

Penyelenggaraan makanan sehat seimbang ini meliputi penyusunan menu yang meliputi kecukupan gizi, zat gizi yang terkandung dalam bahan makanan, bahan yang tersedia di rumah, kemampuan belanja dan penyusunan hidangan dengan berpedoman pada empat sehat lima sempurna. Variasi dan kombinasi dari bahan makanan yang digunakan, rasa, warna, tekstur dan bentuk dari masing-masing hidangan juga harus diperhatikan dalam penyusunan menu; pemilihan bahan makanan yang meliputi kualitas

bahan makanan yang baik, seperti dalam pemilihan beras, umbi-umbian, tepung-tepungan, daging, ayam, ikan, telur, tempe, tahu, susu, sayuran dan buah-buahan; pengolahan bahan makanan yang meliputi teknik memasak yang baik dan benar yang terdiri dari menggoreng, mengukus, merebus dan menumis; penyajian makanan yang meliputi penataan hidangan dan penggunaan alat hidang, dan pemberian makanan anak balita.

Makanan sehat seimbang merupakan hidangan yang terdiri dari beberapa bahan makanan yang dapat menyumbangkan zat gizi yang cukup lengkap, baik ditinjau dari jumlahnya maupun macamnya. Susunan hidangan yang terdiri dari beberapa bahan makanan akan menghasilkan menu seimbang. Seperti yang dikemukakan oleh Ngadimin (1992:31) menu seimbang adalah susunan menu yang menggunakan beberapa golongan bahan makanan dan penggantinya dengan memperhatikan keseimbangan zat gizinya baik jumlah maupun macamnya.

Sumber daya alam yang melimpah di suatu daerah merupakan salah satu penunjang dalam memenuhi kebutuhan gizi seseorang khususnya anak balita. Kecamatan Pangalengan terkenal dengan sumber daya alamnya yang sangat subur. Tetapi pemanfaatan sumber daya alam itu tidak digunakan dengan sebaik-baiknya oleh ibu rumah tangga, karena kurangnya pengetahuan dan keterampilan tentang pengolahan bahan makanan dan penyelenggaraan makanan karena faktor pendidikan dan ekonomi.

Kurangnya pengetahuan dan keterampilan ibu rumah tangga yang mengakibatkan anak balita yang berada di Desa Margamulya Kecamatan Pangalengan Kabupaten Bandung masih terdapat anak balita dengan status gizi kurang sebanyak 37 anak balita. Data tersebut diperoleh berdasarkan hasil Pencatatan Tingkat Posyandu Bulan

Penimbangan Balita (BPB) tahun 2009 dan mengacu pada Kartu Menuju Sehat (KMS) di posyandu setempat. Penyelenggaraan makanan sehat seimbang ini harus terus diupayakan dalam peningkatan status gizi anak balita.

Penulis tertarik melakukan penelitian ini karena penulis mempelajari mata kuliah Pendidikan Nutrisi, Dietetika, Pengetahuan Bahan Makanan dan Ilmu Gizi, selain itu juga dapat menambah wawasan, pengetahuan dan keterampilan bagi penulis untuk pengembangan diri sendiri sebagai calon pendidik atau tenaga pengajar baik dalam pendidikan formal maupun nonformal, maka dari itu penulis mengadakan penelitian tentang penyelenggaraan makanan sehat seimbang oleh ibu rumah tangga pada anak balita gizi kurang di Desa Margamulya Kecamatan Pangalengan Kabupaten Bandung.

## **B. Pembatasan dan Perumusan Masalah**

### **1. Pembatasan Masalah**

Pembatasan masalah dalam penelitian ini dibatasi pada penyelenggaraan makanan sehat seimbang oleh Ibu rumah tangga pada anak balita gizi kurang di Desa Margamulya Kecamatan Pangalengan Kabupaten Bandung yang meliputi :

- a) Penyelenggaraan makanan sehat seimbang dalam penyusunan menu yang meliputi kecukupan gizi, zat gizi yang terkandung dalam bahan makanan, bahan yang tersedia di rumah, kemampuan belanja dan penyusunan hidangan dengan

- berpedoman pada empat sehat lima sempurna serta variasi dan kombinasi dari bahan makanan yang digunakan, rasa, warna, tekstur dan bentuk dari masing-masing hidangan oleh ibu rumah tangga.
- b) Penyelenggaraan makanan sehat seimbang dalam pemilihan bahan makanan yang meliputi kualitas bahan makanan yang baik, seperti dalam pemilihan beras, umbi-umbian, tepung-tepungan, daging, ayam, ikan, telur, tempe, tahu, susu, sayuran dan buah-buahan oleh ibu rumah tangga.
  - c) Penyelenggaraan makanan sehat seimbang dalam pengolahan bahan makanan yang meliputi teknik memasak yang baik dan benar yang terdiri dari menggoreng, mengukus, merebus dan menumis oleh ibu rumah tangga.
  - d) Penyelenggaraan makanan sehat seimbang dalam penyajian makanan yang meliputi penataan hidangan dan penggunaan alat hidang, pemberian makanan anak balita yang terdiri dari frekuensi, takaran dan waktu makan oleh ibu rumah tangga.

## **2. Perumusan Masalah**

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana penyelenggaraan makanan sehat seimbang sehari-hari dengan memperhatikan kebutuhan gizi anak Balita yang seimbang melalui makanan yang dilakukan oleh ibu rumah tangga. Penelitian terbatas pada Ibu Balita yang mempunyai anak Balita dengan status gizi kurang di Desa Margamulya Kecamatan Pangalengan Kabupaten Bandung.

## **C. Definisi Operasional**

Definisi operasional dalam penelitian ini perlu dikemukakan untuk menghindari kesalah pahaman antara penulis dan pembaca dalam menafsirkan istilah yang digunakan dalam judul penelitian ini yaitu penyelenggaraan makanan sehat seimbang oleh Ibu rumah tangga pada anak balita gizi kurang di Desa Margamulya Kecamatan Pangalengan Kabupaten Bandung.

Istilah yang membutuhkan definisi operasional yaitu :

## **1. Penyelenggaraan Makanan Sehat seimbang**

### **a. Penyelenggaraan**

Penyelenggaraan berasal dari kata “selenggara, menyelenggarakan yang artinya melaksanakan, mengurus”. ( Yulius. dkk, 1995:225)

### **b. Makanan Sehat Seimbang**

Makanan sehat seimbang adalah hidangan atau masakan yang mengandung energi dan zat gizi secara seimbang, baik jenis maupun jumlahnya. (Nasoetion dan Hadi, 1995:114)

Jadi pengertian penyelenggaraan makanan sehat seimbang dalam penelitian ini yaitu pelaksanaan pengelolaan makanan yang meliputi penyusunan menu, pemilihan bahan makanan, pengolahan bahan makanan, penyajian makanan serta pemberian makanan yang mengandung energi dan zat gizi secara cukup, baik jenis maupun jumlahnya.

## **2. Ibu Rumah Tangga**

Ibu rumah tangga adalah wanita yang mengatur penyelenggaraan berbagai macam pekerjaan rumah tangga, istri (ibu) yang hanya mengurus berbagai pekerjaan di rumah tangga (tidak bekerja di kantor). (Kamus Besar Bahasa Indonesia, 1995 : 1002)

### **3. Anak Balita**

Anak Balita adalah bayi sampai anak berusia lima tahun (Soekirman, 1999 : 65)

Pengertian penyelenggaraan makanan sehat seimbang oleh Ibu rumah tangga pada anak balita gizi kurang dalam penelitian ini adalah pelaksanaan pengelolaan makanan yang meliputi penyusunan menu, pemilihan bahan makanan, pengolahan bahan makanan, penyajian makanan serta pemberian makanan yang mengandung energi dan zat gizi secara cukup, baik jenis maupun jumlahnya dalam usaha untuk memperbaiki keadaan fisik anak bayi sampai anak berusia lima tahun yang dilakukan oleh ibu balita yang hanya mengurus berbagai pekerjaan dirumah tangga (tidak bekerja dikantor).

### **D. Tujuan Penelitian**

#### **1. Tujuan Umum**

Penelitian ini adalah untuk memperoleh gambaran mengenai bagaimana penyelenggaraan makanan sehat seimbang oleh ibu rumah tangga pada anak balita gizi kurang di Desa Margamulya Kecamatan Pangalengan Kabupaten Bandung.

#### **2. Tujuan Khusus**

Penelitian ini adalah untuk memperoleh gambaran mengenai penyelenggaraan makanan sehat seimbang oleh ibu rumah tangga pada anak balita gizi kurang di Desa Margamulya Kecamatan Pangalengan Kabupaten Bandung.yang meliputi :

- a) Penyelenggaraan makanan sehat seimbang dalam penyusunan menu yang meliputi kecukupan gizi, zat gizi yang terkandung dalam bahan makanan, bahan yang tersedia di rumah, kemampuan belanja dan penyusunan hidangan dengan

- berpedoman pada empat sehat lima sempurna serta variasi dan kombinasi dari bahan makanan yang digunakan, rasa, warna, tekstur dan bentuk dari masing-masing hidangan oleh ibu rumah tangga.
- b) Penyelenggaraan makanan sehat seimbang dalam pemilihan bahan makanan yang meliputi kualitas bahan makanan yang baik, seperti dalam pemilihan beras, umbi-umbian, tepung-tepungan, daging, ayam, ikan, telur, tempe, tahu, susu, sayuran dan buah-buahan oleh ibu rumah tangga.
  - c) Penyelenggaraan makanan sehat seimbang dalam pengolahan bahan makanan yang meliputi teknik memasak yang baik dan benar yang terdiri dari menggoreng, mengukus, merebus dan menumis oleh ibu rumah tangga.
  - d) Penyelenggaraan makanan sehat seimbang dalam penyajian makanan yang meliputi penataan hidangan dan penggunaan alat hidang, pemberian makanan anak balita yang terdiri dari frekuensi, takaran dan waktu makan oleh ibu rumah tangga.

#### **E. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat kepada berbagai pihak secara langsung maupun tidak langsung. Penelitian ini diharapkan memberi manfaat diantaranya kepada :

- a) Ibu balita, yaitu sebagai masukan untuk lebih memperhatikan penyelenggaraan atau pemberian makan balita



- b) Kader gizi, yaitu sebagai masukan untuk lebih meningkatkan mutu pengetahuan dan keterampilan ibu-ibu balita untuk mengembangkan pelaksanaan program gizi yang lebih baik lagi di Desa Margamulya.
- c) Penulis sebagai calon guru atau tenaga pendidik baik pendidikan formal maupun non formal yaitu untuk menambah wawasan dan meningkatkan pengetahuan tentang penyelenggaraan makanan yang sehat, kecukupan gizi dan kesehatan anak balita. Pengembangan diri serta pengalaman meneliti tentang penyelenggaraan makanan sehat seimbang oleh ibu rumah tangga pada anak balita gizi kurang di Desa Margamulya Kecamatan Pangalengan Kabupaten Bandung .

#### **F. Asumsi**

Asumsi atau anggapan dasar yang dikemukakan pada penelitian ini menjadi titik tolak didalam seluruh kegiatan penelitian, seperti yang dikemukakan oleh Arikunto (1998:65) bahwa anggapan dasar adalah suatu hal yang diyakini kebenarannya oleh peneliti yang harus dirumuskan secara jelas. Asumsi bermanfaat untuk :

1. Memperkuat permasalahan dalam penelitian
2. Membantu peneliti dalam memperjelas, menerapkan objek penelitian, wilayah, pengambilan data, instrument dan pengumpulan data.

Berdasarkan pendapat Arikunto di atas maka penulis merumuskan asumsi dalam penelitian ini yaitu :

- 1) Makanan sehat seimbang merupakan hidangan yang terdiri dari beberapa bahan makanan yang dapat menyumbangkan zat gizi yang cukup lengkap, baik ditinjau dari jumlahnya maupun macamnya. Susunan hidangan yang terdiri dari beberapa bahan makanan akan menghasilkan menu seimbang. Seperti yang dikemukakan oleh

Ngadimin (1992:31) menu seimbang adalah susunan menu yang menggunakan beberapa golongan bahan makanan dan penggantinya dengan memperhatikan keseimbangan zat gizinya baik jumlah maupun macamnya.

- 2) Status gizi anak balita akan menentukan kualitas Sumber Daya Manusia (SDM) di masa depan, maka dari itu status gizi balita harus selalu ditingkatkan karena akan mempengaruhi kecerdasan suatu bangsa. Status gizi buruk pada usia balita dapat menurunkan tingkat kecerdasan anak, sesuai dengan pendapat Suhardjo (1996:15) yang menyatakan bahwa :

Kekurangan gizi mengakibatkan menurunnya kecerdasan anak-anak. Akibat ini diduga tidak dapat diperbaiki bila terjadinya kekurangan gizi itu semasa anak dikandung sampai anak kira-kira berusia 3 tahun. Menurunnya kualitas usia muda ini akan berarti hilangnya sebagian potensi cerdas pandai yang sangat dibutuhkan pembangunan suatu bangsa.

- 3). Penyelenggaraan makanan sehat seimbang bagi balita dapat terus diupayakan melalui penyuluhan gizi pada ibu, karena penyuluhan gizi penting diberikan karena bertujuan untuk mencerdaskan bangsa, penyuluhan gizi juga merupakan proses belajar terencana dan terarah serta bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku masyarakat terhadap pentingnya makanan dan gizi dalam mengatasi masalah gizi. Anggapan dasar ini ditunjang oleh pendapat Suhardjo (1996 : 30) bahwa: “ penyuluhan gizi adalah suatu pendekatan edukatif untuk menghasilkan perilaku individu atau masyarakat yang diperlukan dalam peningkatan atau mempertahankan gizi baik”.

### **G. Pertanyaan Penelitian**

- a) Bagaimana penyelenggaraan makanan sehat seimbang dalam penyusunan menu yang meliputi kecukupan gizi, zat gizi yang terkandung dalam bahan makanan, bahan yang tersedia di rumah, kemampuan belanja dan penyusunan hidangan dengan berpedoman pada empat sehat lima sempurna serta variasi dan kombinasi dari bahan makanan yang digunakan, rasa, warna, tekstur dan bentuk dari masing-masing hidangan oleh ibu rumah tangga?
- b) Bagaimana penyelenggaraan makanan sehat seimbang dalam pemilihan bahan makanan yang meliputi kualitas bahan makanan yang baik, seperti dalam pemilihan beras, umbi-umbian, tepung-tepungan, daging, ayam, ikan, telur, tempe, tahu, susu, sayuran dan buah-buahan oleh ibu rumah tangga?
- c) Bagaimana penyelenggaraan makanan sehat seimbang dalam pengolahan bahan makanan yang meliputi teknik memasak yang baik dan benar yang terdiri dari menggoreng, mengukus, merebus dan menumis oleh ibu rumah tangga?
- d) Bagaimana penyelenggaraan makanan sehat seimbang dalam penyajian makanan yang meliputi penataan hidangan dan penggunaan alat hidang, pemberian makanan anak balita yang terdiri dari frekuensi, takaran dan waktu makan oleh ibu rumah tangga?

### **H. Lokasi Penelitian dan Sampel**

Lokasi penelitian yang dipilih untuk penelitian ini adalah Desa Margamulya Kecamatan Pangalengan Kabupaten Bandung. Populasi dalam penelitian ini yaitu 101 Ibu rumah tangga yang memiliki anak Balita dan mengikuti penyuluhan gizi di Desa

Margamulya. Karakteristik sampel dalam penelitian ini yaitu Ibu rumah tangga yang memiliki anak Balita dengan status gizi kurang. Berdasarkan data dari posyandu terdapat 37 ibu balita yang mempunyai anak balita dengan status gizi kurang, maka jumlah sampel yang diambil dalam penelitian ini yaitu 37 Ibu Balita.

