

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Dewasa ini Negara Indonesia sedang melaksanakan pembangunan di segala bidang yang sangat memerlukan sumber daya manusia yang berkualitas baik secara fisik, mental maupun sosial. Dalam pembangunannya Indonesia, memerlukan sumber daya manusia yang berkualitas yaitu terampil, cerdas, kerja keras, sehat jasmani dan rohani. Anak merupakan generasi penerus pembangunan dan diharapkan dapat menjadi sumber daya manusia yang handal. Untuk menciptakan anak sebagai generasi penerus sehat, cerdas dan terampil harus diperhatikan status gizinya sejak usia dini, yaitu pada masa anak yang sedang mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat.

Anak usia di bawah lima tahun (balita) merupakan kelompok yang rentan terhadap gangguan kesehatan dan gizi, padahal pada usia ini khususnya merupakan masa pertumbuhan dan perkembangan otak yang sangat pesat. Pertumbuhan dan perkembangan otak balita tidak akan bisa optimal bila mengalami status gizi kurang, yang menyebabkan kemampuan intelektual terbatas. Apabila hal ini dibiarkan, maka akan terjadi kehilangan generasi yang berkualitas (*the lost generation*) dan negara akan kehilangan sumber daya manusia yang berkualitas. Oleh karena itu status gizi balita harus diupayakan perbaikan apabila balita mengalami status gizi kurang.

Masalah kurang gizi di Indonesia pada Balita merupakan masalah krusial. Gagal tumbuh yang terjadi akibat kurang gizi pada masa-masa emas ini akan

berakibat buruk pada tahap kehidupan selanjutnya yang sulit untuk diperbaiki. Menurut Hadi (2001) "ciri khas dari anak Balita yang kurang gizi dapat dilihat dari dua indikator yaitu prevalensi Balita kurus (*wasting*) dan Balita pendek (*stunting*)".

Gizi kurang dapat disebabkan secara tidak langsung oleh pengetahuan, sikap, dan perilaku dari pengasuhnya dalam pemberian makan pada balita. Ibu yang berpendidikan rendah pada umumnya memiliki akses yang lebih sedikit terhadap informasi dan keterampilan yang terbatas untuk menggunakan informasi tersebut, sehingga mempengaruhi kemampuan ibu untuk merawat anak-anaknya khususnya dalam penyelenggaraan makan bagi balita. Peningkatan pengetahuan ibu bisa dilakukan dengan memberikan pembelajaran kepada ibu khususnya dan calon ibu yang berkaitan dengan perawatan balita, salah satunya tentang penyelenggaraan makanan pada balita. Terbatasnya pengetahuan pengasuh balita tentang gizi dapat menyebabkan kebiasaan yang salah dalam penyelenggaraan makan balita.

Seorang ibu dan calon ibu mempunyai kesempatan mendapatkan pendidikan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan melalui Pendidikan Luar Sekolah (PLS) berupa kegiatan pelatihan. Pelatihan Menurut Moekijat (1993 : 3) adalah "suatu bagian pendidikan yang menyangkut proses belajar untuk memperoleh dan meningkatkan keterampilan diluar sistem pendidikan yang berlaku, dalam waktu yang relatif singkat dan dengan metode yang lebih mengutamakan praktek daripada teori". Salah satu pelatihan di masyarakat adalah pelatihan gizi. Pelatihan gizi adalah suatu bagian pendidikan yang menyangkut

proses belajar untuk memperoleh dan meningkatkan keterampilan diluar sistem pendidikan yang berlaku, dalam waktu yang relatif singkat dengan metode praktek dan teori tentang segala asupan makanan dalam penyelenggaraan menu makan balita yang diperlukan tubuh agar tubuh menjadi sehat untuk kecerdasan otak dan kemampuan fisik.

Pelatihan gizi yang diselenggarakan oleh Dosen Program Studi Pendidikan Tata Boga Jurusan PKK FPTK UPI sebagai bagian dari Tri Darma Perguruan Tinggi berupa pengabdian kepada masyarakat. Pelatihan gizi bertujuan meningkatkan wawasan, sikap, keterampilan dalam menyelenggarakan menu makan balita untuk memenuhi kebutuhan gizi balita. Materi pelatihan gizi dalam penyelenggaraan menu makan balita meliputi perencanaan menu, pengolahan bahan makanan, dan penyajian makanan. Ibu peserta pelatihan gizi harus mengupayakan penyelenggaraan makan balita dengan baik dikarenakan "balita usia 3-5 tahun menjadi konsumen aktif, yaitu anak dapat memilih makanan yang disukainya" (Persagi, 1992). Anak balita berada pada masa pertumbuhan cepat, dimana sel-sel otak sedang mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang sangat optimal sehingga ibu harus mengupayakan penyelenggaraan menu makan balita dalam pemenuhan kebutuhan gizinya.

Upaya adalah "usaha kegiatan dengan mengerahkan tenaga pikiran atau badan untuk mencapai sesuatu maksud" (P. Joko. Subagyo 1991 : 2). Upaya yang dilakukan ibu di Kec. Bandung Kulon dalam menyelenggarakan menu makan balita, yaitu suatu kegiatan dalam menyelenggarakan menu makan balita dengan baik dan benar sesuai dengan kebutuhan gizi balita. Hal tersebut harus diupayakan

karena masih tingginya angka status gizi kurang di Kecamatan Bandung Kulon. Upaya yang harus dilakukan ibu-ibu peserta pelatihan gizi dalam menyelenggarakan menu makan balita terdiri dari upaya dalam; perencanaan menu yang meliputi pemilihan bahan makanan sehari, menentukan frekuensi makanan dan pembagian bahan makanan pada setiap waktu makan dengan contoh menu; pengolahan bahan makanan meliputi cara pemilihan dan pencucian bahan makanan serta teknik memasak makanan agar zat gizi dalam bahan makanan tidak banyak hilang atau rusak, warna makanan tidak banyak berubah, sehingga menimbulkan selera makan anak dan dapat mudah mengunyah dan mencerna makanan; penyajian makanan meliputi tata cara penyajian makanan dan peralatan makan yang dapat mengefisienkan anak belajar makan sendiri.

Permasalahan yang telah dikemukakan mendorong penulis sebagai mahasiswa jurusan PKK Program Pendidikan Tata Boga dengan paket yang diambil yaitu konsentrasi manajemen dietetika, termotivasi dan merasa tertarik untuk mengadakan penelitian ini. Dikarenakan sangat terkait dengan pembelajaran dietetika, yang salah satunya tentang upaya dalam penyelenggaraan menu makan balita untuk memenuhi kebutuhan gizi balita.

## **B. Rumusan Masalah**

Dalam penyusunan skripsi ini penulis merumuskan masalah adalah bagaimana upaya peserta pelatihan gizi dalam penyelenggaraan menu makan balita usia 3-5 Tahun di Kecamatan Bandung Kulon, yang meliputi perencanaan menu, pengolahan bahan makanan, dan penyajian makanan.

### **C. Pembatasan Masalah**

Dari rumusan masalah di atas maka permasalahan penelitian ini untuk lebih jelasnya penulis membatasi pada :

1. Upaya peserta pelatihan gizi dalam penyelenggaraan menu makan balita usia 3-5 tahun berupa perencanaan menu yang meliputi pemilihan bahan makanan sehari, menentukan frekuensi makanan dan pembagian bahan makanan pada setiap waktu makan dengan contoh menu.
2. Upaya peserta pelatihan gizi dalam penyelenggaraan menu makan balita usia 3-5 tahun berupa pengolahan bahan makanan meliputi cara pemilihan dan pencucian bahan makanan serta teknik memasak makanan agar zat gizi dalam bahan makanan tidak banyak hilang atau rusak, warna makanan tidak banyak berubah, sehingga menimbulkan selera makan anak dan dapat mudah anak mengunyah dan mencerna makanan.
3. Upaya peserta pelatihan gizi dalam penyelenggaraan menu makan balita usia 3-5 tahun berupa penyajian makanan meliputi tata cara penyajian makanan dan peralatan makan yang dapat mengefisienkan anak belajar makan sendiri.

### **D. Definisi Operasional**

Definisi operasional dikemukakan dalam upaya untuk menghindari salah penafsiran dari pembaca tentang masalah yang dibahas dalam penelitian yang berjudul “Upaya Peserta Pelatihan Gizi Dalam Penyelenggaraan Menu Makan Balita Usia 3-5 tahun di Kec. Bandung Kulon”, maka perlu diperjelas mengenai :

a. Upaya peserta

Upaya sama dengan usaha yaitu kegiatan dengan mengerahkan tenaga fikiran atau badan untuk mencapai sesuatu maksud. (P. Joko. Subagyo 1991 : 2).

Peserta : Sebutan orang yang mengikuti suatu kegiatan. Peserta yang dimaksud dalam penelitian ini adalah peserta yang mengikuti pelatihan gizi di Kec. Bandung Kulon.

Upaya peserta yang dimaksud dalam penelitian ini adalah kegiatan yang mengerahkan tenaga dan fikiran dilakukan untuk mencapai maksud dalam menyelenggarakan menu makan balita yang baik dan benar meliputi perencanaan menu, pengolahan bahan makanan dan penyajian makanan sesuai kebutuhan gizi balita usia 3-5 tahun.

b. Pelatihan gizi

Pelatihan :

Pelatihan Menurut Moekijat (1993 : 3) adalah “Pelatihan adalah suatu bagian pendidikan yang menyangkut proses belajar untuk memperoleh dan meningkatkan keterampilan diluar sistem pendidikan yang berlaku, dalam waktu yang relatif singkat dan dengan metode yang lebih mengutamakan praktek daripada teori”.

Gizi :

Menurut Retno (2009) Gizi adalah segala asupan yang diperlukan agar tubuh menjadi sehat untuk kecerdasan otak dan kemampuan fisik. Gizi

diperoleh dari asupan makanan yang mengandung karbohidrat, protein, lemak, vitamin dan mineral.

Pengertian pelatihan gizi dalam penelitian ini mengacu pada pendapat Moekijat dan Retno adalah suatu bagian pendidikan yang menyangkut proses belajar untuk memperoleh dan meningkatkan keterampilan diluar sistem pendidikan yang berlaku, dalam waktu yang relatif singkat dengan metode praktek dan teori tentang segala asupan makanan yang diperlukan tubuh agar tubuh menjadi sehat untuk kecerdasan otak dan kemampuan fisik.

c. Penyelenggaraan menu makan

Penyelenggarakan :

Penyelenggaraan adalah pelaksanaan kegiatan (Kamus Besar Bahasa Indonesia, 1996;896). Penyelenggaraan makanan menurut S.Tarwojo (1983:2) adalah : “suatu kegiatan yang meliputi perencanaan, pembelanjaan, penyimpanan, pengolahan dan menghidangkan makanan”

Menu makan

Menu makan secara umum adalah “ susunan hidangan yang terdiri atas satu atau beberapa macam masakan dan dihidangkan dalam sehari makan.

Penyelenggaraan menu makan yang dimaksud dalam penelitian ini mengacu pada pengertian yang dikemukakan oleh S. Tarwojo adalah pengelolaan makanan yang dimulai dari perencanaan menu, pengolahan bahan makanan dan menyajikan makanan.

d. Balita usia 3-5 tahun

Anak balita adalah anak yang berusia dibawah lima tahun (Achmad Djaeni 1996; 239). Balita yang dimaksud pada penelitian ini adalah balita usia 3-5 tahun yang merupakan konsumen aktif, yaitu anak yang sudah dapat memilih makanan yang disukainya.

## **E. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Penelitian ini secara umum bertujuan untuk memperoleh gambaran data, kemudian disusun dan dijelaskan serta dianalisis tentang upaya peserta pelatihan gizi dalam penyelenggaraan menu makan balita.

### **2. Tujuan Khusus**

Tujuan Penulis mengadakan penelitian ini adalah memperoleh gambaran secara spesifik tentang:

- a. Upaya peserta pelatihan gizi dalam penyelenggaraan menu makan balita usia 3-5 tahun berupa perencanaan menu yang meliputi pemilihan bahan makanan sehari, menentukan frekuensi makanan dan pembagian bahan makanan pada setiap waktu makan dengan contoh menu.
- b. Upaya peserta pelatihan gizi dalam penyelenggaraan menu makan balita usia 3-5 tahun berupa pengolahan bahan makanan meliputi cara pemilihan dan pencucian bahan makanan serta teknik memasak makanan agar zat gizi dalam bahan makanan tidak banyak hilang atau rusak, warna makanan



tidak banyak berubah sehingga menimbulkan selera makan anak dan dapat mudah anak mengunyah dan mencerna makanan.

- c. Upaya peserta pelatihan gizi dalam penyelenggaraan menu makan balita usia 3-5 tahun berupa penyajian makanan meliputi tata cara penyajian makanan dan peralatan makan yang dapat mengefisienkan anak belajar makan sendiri.

#### **F. Manfaat Penelitian**

Penelitian diharapkan dapat memberikan manfaat kepada berbagai pihak baik langsung maupun tidak langsung. Penelitian ini diharapkan mampu memberikan manfaat diantaranya kepada:

1. Peserta pelatihan gizi dapat menambah wawasan dan pengetahuan, sikap, keterampilan dalam penyelenggaraan menu makan balita meliputi perencanaan menu, pengolahan bahan makanan dan penyajian makanan.
2. Tim penyelenggaraan pelatihan gizi dapat mengetahui bagaimana keberhasilan yang diperoleh dalam upaya penyelenggaraan menu makan bagi balita.
3. Peneliti sebagai calon tenaga pengajar, dapat menambah dan meningkatkan wawasan, pengetahuan dan pengalaman meneliti tentang permasalahan dalam upaya menyelenggarakan menu makan balita usia 3-5 tahun.

#### **G. Asumsi**

Dalam penelitian ini penulis akan mengemukakan beberapa asumsi yang merupakan anggapan dasar sebagai pendapat yang dapat dipertanggungjawabkan

kebenarannya berdasarkan pendapat umum. Sesuai dengan yang dikemukakan oleh Winarno Surakhamad (1990 : 27) bahwa : ” Anggapan dasar atau postulat adalah sebuah titik tolak pemikiran yang kebenarannya diterima oleh penyelidik”. Berdasarkan pernyataan tersebut, maka yang menjadi asumsi dalam penelitian ini adalah :

1. Pelatihan gizi merupakan kegiatan pendidikan di luar sistem pendidikan sekolah yang diselenggarakan oleh Dosen Program Studi Pendidikan Tata Boga Jurusan PKK FPTK UPI dalam upaya meningkatkan wawasan, sikap, keterampilan dalam menyelenggarakan menu makan balita untuk memenuhi kebutuhan gizi balita. Pernyataan ini didukung Moekijat (1993 : 3) yang mendefinisikan pelatihan adalah “suatu bagian pendidikan yang menyangkut proses belajar untuk memperoleh dan meningkatkan keterampilan diluar sistem pendidikan yang berlaku, dalam waktu yang relatif singkat”.
2. Penyelenggaraan menu makan balita meliputi kegiatan perencanaan menu, pengolahan makanan dan penyajian makanan agar asupan gizi balita dapat terpenuhi kebutuhannya dengan baik. Pertanyaan ini didukung oleh S.Tarwojo (1983:2) bahwa penyelenggaraan makanan adalah : “suatu kegiatan yang meliputi perencanaan, pembelian, penyimpanan, pengolahan dan menghidangkan makanan”.
3. Balita sangat tergantung pada ibu atau pengasuhnya, oleh karena itu ibu harus terus mengupayakan penyelenggaraan menu makan yang sesuai dengan kebutuhan balita. Pendapat ini di dukung oleh P. Joko. Subagyo

(1991 : 2) bahwa "Upaya adalah berupa usaha yaitu kegiatan dengan mengerahkan tenaga pikiran atau badan untuk mencapai sesuatu maksud."

4. Anak balita usia prasekolah merupakan golongan umur yang rentan terhadap berbagai macam penyakit yang berkaitan erat dengan masalah makanan, oleh karena itu orang tua terutama ibu sepenuhnya bertanggung jawab dalam memenuhi kebutuhan makanan yang sehat dan bergizi untuk menjaga kesehatan anak guna menunjang pertumbuhan dan perkembangannya secara optimal. (Ema L. G : 1989).

#### **H. Pertanyaan Penelitian**

Pertanyaan penulis dalam penelitian ini adalah :

1. Bagaimana upaya yang dilakukan oleh peserta pelatihan gizi dalam penyelenggaraan menu makan balita usia 3-5 tahun berupa perencanaan menu yang meliputi pemilihan bahan makanan sehari, menentukan frekuensi makanan dan pembagian bahan makanan pada setiap waktu makan dengan contoh menu sesuai kebutuhan gizi balita.
2. Bagaimana upaya yang dilakukan oleh peserta pelatihan gizi dalam penyelenggaraan menu makan balita usia 3-5 tahun berupa pengolahan bahan makanan meliputi cara pemilihan dan pencucian bahan makanan serta teknik memasak makanan agar zat gizi dalam bahan makanan tidak banyak hilang atau rusak, warna makanan tidak banyak berubah sehingga menimbulkan selera makan anak dan dapat mudah anak mengunyah dan mencerna makanan.

3. Bagaimana upaya yang dilakukan oleh peserta pelatihan gizi dalam penyelenggaraan menu makan balita usia 3-5 tahun berupa penyajian makanan meliputi tata cara penyajian makanan dan peralatan makan yang dapat mengefisienkan anak belajar makan sendiri.

## **I. Metode Penelitian**

### **1. Metode Penelitian**

Dalam penelitian ini penulis menggunakan metode deskriptif, dengan tujuan untuk mengadakan gambaran tentang masalah yang ada pada masa sekarang, pada masalah. Seperti yang dikemukakan oleh Winarno Surakhmad (1980 : 40) bahwa penelitian deskriptif :

- a. Memusatkan diri pada pemecahan masalah-masalah yang ada pada masa sekarang, pada masalah.
- b. Data yang dikumpulkan mula-mula disusun, dijelaskan kemudian dianalisa.

Setelah data diperoleh dari hasil penelitian lapangan, disusun dan dijelaskan serta dianalisa. Kemudian berdasarkan data yang telah dianalisa berulah diambil suatu kesimpulan dan saran-saran.

### **2. Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data yang penulis gunakan dalam penelitian ini adalah angket atau kuesioner. Menurut Mardalis (1989 : 67), angket atau kuesioner adalah :

”Kuesioner atau angket adalah teknik pengumpulan data melalui formulir-formulis yang berisi pertanyaan-pertanyaan yang diajukan

secara tertulis pada seseorang atau sekumpulan orang untuk memperoleh jawaban atau tanggapan dan informasi yang diperlukan oleh penelitian.”

Dalam penelitian ini penulis mempergunakan angket yang ditujukan kepada responden, yaitu ibu peserta pelatihan gizi untuk memperoleh data mengenai upaya ibu dalam menyelenggarakan menu makan balita usia 3-5 tahun.

## **J. Lokasi dan Sampel Penelitian**

### **1. Lokasi**

Lokasi penelitian diadakannya penelitian Upaya Peserta Pelatihan Gizi Dalam Penyelenggaraan Menu Makan Balita 3-5 tahun adalah dilakukan di Posyandu Tulip Rw 08 Kelurahan Warung Muncang Kecamatan Bandung Kulon.

### **2. Populasi dan Sampel Penelitian**

#### **a. Populasi**

Populasi adalah seluruh benda, peristiwa dan individu yang dijadikan obyek dalam penelitian. Sesuai dengan judul “Upaya Peserta Pelatihan Gizi Dalam Mengelenggarakan Menu Makan Balita Usia 3-5 Tahun (Penelitian Terbatas Pada Posyandu Tulip Rw 08 Kelurahan Warung Muncang Kecamatan Bandung Kulon)”, maka yang menjadi populasi adalah para peserta yang mengikuti pelatihan gizi yang mempunyai anak balita usia 3-5 tahun sebanyak 33 orang.

b. Sampel

Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sampel total dimana jumlah sampel sama dengan jumlah populasi, atau seluruh populasi dijadikan sampel. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 33 orang merupakan ibu yang memiliki anak balita usia 3-5 tahun yang mengikuti pelatihan gizi dalam penyelenggaraan makan balita.

