

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Usia prasekolah merupakan masa yang memerlukan status gizi yang baik untuk menunjang pertumbuhan dan perkembangan fisik, intelektual, dan emosional. Namun angka gizi buruk, stunting, dan wasting masih menjadi masalah pada anak, yang kemudian dapat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan. Oleh karena itu anak usia pra sekolah harus mendapatkan perhatian khusus, terutama perilaku dan konsumsi makanannya karena banyak dampak yang akan terjadi apabila orang tua tidak dapat menerapkan perilaku konsumsi makanan yang baik pada anaknya (Mery Sambo et al, 2020).

Masalah kesehatan yang sering berkaitan dengan status gizi anak yaitu terdiri dari masalah gizi pokok yaitu Kekurangan Energi Protein (KEP), Kekurangan Vitamin A (KVA), Gangguan Akibat Kekurangan Yodium (GAKY), dan Anemia Gizi Besi (AGB) (Apriani, 2020). Pada tahun 2018 secara global, sebesar 22,2% anak di dunia yang berusia dibawah 5 tahun atau 150,8 juta anak dilaporkan menderita stunting, sebesar 7,5% anak di dunia atau 50,5 juta anak dengan berat badan kurang atau kurus, dan sebesar 5,6% atau 38,3 juta anak di dunia mengalami kelebihan berat badan, sementara itu juga terdapat sebanyak 20 juta bayi dengan berat badan lahir rendah (BBLR) dengan peningkatan setiap tahunnya (*Global Nutrition Report*, 2018).

Data RISKESDAS tahun 2018 menunjukkan masalah gizi anak di Indonesia pada tahun 2013, sebesar 13,9% gizi kurang, 5,7% gizi buruk, 19,2 % pendek,

18,0% sangat pendek, 6,8% kurus, 5,3% sangat kurus, dan 11,9 % gemuk. Sedangkan pada tahun 2018, sebesar 13,8% gizi kurang, 3,9% gizi buruk, 19,3% pendek, 11,5% sangat pendek, 6,7% kurus, 3,5% sangat kurus dan 8,0% gemuk. Dari data diatas dapat dilihat bahwa terjadi peningkatan prevalensi pendek pada tahun 2018 (Kemenkes,2018).

Menurut BPS 2021 Provinsi Jawa Barat merupakan provinsi dengan anak terbanyak di Indonesia yaitu 4.308.604 orang. Berdasarkan (SSGI, 2021) prevalensi stunting, wasting dan underweight di Jawa Barat berturut-turut adalah 24,5%, 5,3% dan 15%. Pada tahun 2022 prevalensi stunting dan *underweight* di Jawa Barat mengalami penurunan yaitu 20,2% dan 14,2%. Namun terjadi peningkatan prevalensi *wasting* menjadi 6%. Di Kabupaten Bandung tercatat sebanyak 12.706 anak dengan status gizi kurang. Hal ini menunjukkan bahwa masalah kekurangan gizi di Indonesia terkhusus Jawa Barat masih sangat serius.

Terdapat dua faktor yang dapat mempengaruhi kondisi gizi seseorang, yaitu faktor langsung seperti asupan makanan dan penyakit infeksi, serta faktor tidak langsung seperti pengetahuan tentang gizi, tingkat pendidikan, dan pendapatan (Punjastuti et al., 2023). Penyebab utama permasalahan gizi pada anak adalah perilaku konsumsi anak yang lebih menyukai makanan kesukaannya namun tidak sehat seperti makanan manis dan asin serta rendahnya konsumsi buah dan sayur. Makanan yang dikonsumsi sangat mempengaruhi status gizi. Mengonsumsi makanan yang bergizi dalam jumlah yang cukup dan secara efisien dapat membantu meningkatkan pertumbuhan fisik, perkembangan otak, kinerja, dan kesehatan pada anak (Iit & Limoy, 2019). Status gizi kurang yang rentan dialami anak-anak, dapat

dipengaruhi oleh rendahnya pendapatan dan asupan makanan yang tidak seimbang, yang berdampak pada pola makan (Lehan et al., 2023). Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi status gizi adalah pola makan. Menurut Jauhari dkk, pola makan yang baik merupakan alasan di balik status gizi yang baik pada anak (Jauhari et al., 2020). Konsumsi makanan yang baik setiap hari dapat menyediakan kandungan gizi yang cukup untuk memenuhi kebutuhan tubuh (Moksin et al., 2022).

Berdasarkan data terbaru dari UNICEF Indonesia tahun 2023, hanya sekitar 40% anak usia prasekolah yang mengkonsumsi buah sayur setiap hari. Pola makan anak cenderung tinggi karbohidrat namun rendah serat dan mikronutrien penting seperti vitamin dan mineral. Konsumsi makanan olahan dan minuman manis juga meningkat, dengan lebih dari 60% anak prasekolah mengkonsumsi minuman manis lebih dari 3 kali dalam seminggu. Hal ini berkaitan dengan peningkatan prevalensi obesitas, yang mencapai sekitar 8% pada anak usia prasekolah. Tingkat anemia pada anak usia prasekolah dengan sekitar 25% anak prasekolah menunjukkan tanda-tanda kekurangan zat besi. Ini sering diakibatkan oleh asupan makanan yang kurang beragam dan rendah zat besi.

Laporan dari badan pusat statistik Jawa Barat menunjukkan bahwa sebagian besar anak usia prasekolah di wilayah ini masih menghadapi tantangan dalam mencapai pola makan yang seimbang. Banyak anak prasekolah di Jawa Barat belum memenuhi kebutuhan konsumsi harian buah dan sayur yang disarankan. Pola makan mereka lebih banyak didominasi oleh karbohidrat, dengan konsumsi protein dan serat yang lebih rendah dari standar yang direkomendasikan (BPS, 2023). Berdasarkan data yang dikumpulkan melalui Survei Sosial Ekonomi Nasional

(SUSENAS) tahun 2023, hanya sekitar 30%-40% anak prasekolah yang mengonsumsi buah dan sayur dalam jumlah yang cukup setiap harinya. Jumlah ini masih di bawah rekomendasi kementerian kesehatan Indonesia yang menganjurkan konsumsi buah dan sayur minimal 400 gram per hari. Konsumsi makanan ultraproses dan rendahnya asupan protein hewani juga menjadi masalah yang dihadapi. Tingkat konsumsi makanan kaya protein dan gizi lainnya juga masih rendah, yang menyebabkan prevalensi stunting di beberapa daerah di Jawa Barat tetap tinggi.

Pola makan yang sehat adalah pola makan yang berpedoman pada prinsip gizi seimbang, di mana asupan makanan terdiri dari berbagai macam nutrisi yang diperlukan tubuh dalam proporsi yang sesuai. Ini bertujuan untuk mendukung pertumbuhan, perkembangan, dan pemeliharaan kesehatan secara optimal (Kemenkes RI, 2024). WHO mendefinisikan pola makan sebagai keseluruhan asupan makanan yang dikonsumsi secara teratur, yang mencakup frekuensi, jenis, dan jumlah makanan yang diperlukan untuk mempertahankan kesehatan tubuh serta mencegah penyakit kronis. Pola makan pada anak usia prasekolah adalah pola konsumsi makanan yang seimbang dan kaya nutrisi untuk mendukung perkembangan fisik dan mental yang sehat pada anak-anak. Pola makan ini harus mencakup proporsi yang tepat dari makronutrien seperti protein, lemak, dan karbohidrat, serta mikronutrien seperti vitamin dan mineral yang penting untuk pertumbuhan anak. (WHO, 2023).

Beberapa penelitian mengenai pola makan anak salah satunya yaitu, (Mery et al., 2020) yang berjudul Hubungan Pola Makan Dengan Status Gizi Pada Anak Usia

Prasekolah. Hasil penelitian dianalisis menggunakan uji statistik *Chi-Square* dengan tingkat signifikan $\alpha=0,05$. Hasil analisis menunjukkan bahwa $p = 0,015 < \alpha = 0,05$, artinya ada hubungan pola makan dengan status gizi pada anak usia prasekolah di TK Kristen Tunas Rama. (Permatasari dkk., 2023) juga menjelaskan hal serupa yang berjudul Hubungan Pola Makan Anak dan Status Gizi Anak Usia Sekolah. Pola makan yang baik memberikan 75,8% (47 orang) memiliki status gizi yang baik. Sedangkan pola makan yang kurang baik menyebabkan 58,8% (10 orang) mengalami status gizi lebih. Hasil analisis bivariat menunjukkan adanya hubungan pola makan dengan status gizi anak dengan hasil *p-value* (0,007).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di TK A, yang melibatkan 40 anak, ditemukan beberapa informasi penting terkait kebiasaan makan anak. Dari wawancara dengan 8 ibu, sebagian besar mengatakan bahwa kebiasaan makan anak sangat tergantung pada menu makanan yang disediakan. Jika makanan yang disajikan tidak disukai oleh anak, mereka cenderung sulit makan, dan ibu sering kali memilih memberikan roti atau camilan sebagai gantinya. Tiga dari delapan ibu menyatakan bahwa anak mereka terbiasa sarapan pagi dan tidak pernah melewatkannya. Sementara itu, di TK Al-Mu'min pada tahun 2024, terdapat 52 anak usia prasekolah. Hasil observasi pada saat makan siang yang disediakan oleh sekolah pada pukul 11.00 menunjukkan bahwa 29 anak selalu menghabiskan porsi makan siangnya, sedangkan 23 anak tidak menghabiskan makanannya. Alasan yang diberikan antara lain, 10 anak mengatakan mereka tidak menyukai makanan yang disediakan, dan 11 anak merasa porsinya terlalu banyak. Pola konsumsi makanan

anak di TK Al-Mu'min juga menunjukkan kecenderungan yang mengkhawatirkan. Banyak anak lebih memilih makanan yang tidak sehat, seperti makanan manis dan asin, serta rendah konsumsi buah dan sayur. Hasil wawancara dengan 12 ibu di TK Al-Mu'min mengatakan bahwa jarang membuat sarapan untuk anak karena tidak sempat membuat sarapan di pagi hari. Ibu juga mengakui bahwa dirinya kurang memahami tentang pemberian gizi yang baik dan tepat bagi anak. Selain itu, ibu tidak mengetahui ukuran yang tepat untuk asupan makanan bagi anak usia prasekolah. Menurutnya, makan 2-3 kali sehari sudah cukup tanpa mempertimbangkan jenis makanan yang diberikan. Selain itu, ibu juga mengatakan bahwa mereka kesulitan menyediakan makanan yang bervariasi dan menarik bagi anak-anak mereka karena keterbatasan waktu. Pemahaman para ibu terhadap status gizi anak juga masih kurang memadai, di mana mereka cenderung menyamakan asupan makanan anak dengan asupan makanan orang dewasa. Menurut pernyataan kepala sekolah, dalam satu bulan terdapat dua anak yang sering sakit, seperti demam, batuk, pilek, dan diare. Hal ini mengindikasikan bahwa status gizi yang kurang dapat berkontribusi pada rendahnya daya tahan tubuh anak-anak terhadap penyakit.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk membahas mengenai hubungan antara pola makan anak dengan status gizi anak usia prasekolah di TK Al-Mu'min.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan pola makan anak terhadap status gizi anak usia prasekolah di TK Al-Mu'min?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan pola makan anak terhadap status gizi anak usia prasekolah di TK Al-Mu'min

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi pola makan anak usia prasekolah di TK Al-Mu'min
2. Mengidentifikasi status gizi anak usia prasekolah di TK Al-Mu'min
3. Menganalisa hubungan pola makan dengan status gizi anak usia prasekolah di TK Al-Mu'min

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi institusi tempat penelitian (TK)

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar untuk mengembangkan atau memperbaiki program kesehatan dan gizi di tempat penelitian.

1.4.2 Bagi institusi pendidikan (Universitas Bhakti Kencana)

Penelitian ini dapat berkontribusi dalam program pengabdian masyarakat dengan meningkatkan kualitas gizi dan kesehatan anak melalui penyuluhan, program intervensi, dan kemitraan dengan lembaga kesehatan setempat.

1.4.3 Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan referensi untuk penelitian selanjutnya mengenai hubungan pola makan dengan status gizi anak usia prasekolah.

1.5 Batasan Masalah

Penelitian ini adalah ruang lingkup keperawatan anak dengan masalah status gizi pada anak usia prasekolah. Penelitian ini menggunakan *cross sectional* dengan jumlah sampel sebanyak 52 orang dimana tujuannya untuk menganalisis mengenai hubungan pola makan terhadap status gizi anak usia prasekolah. Populasinya yaitu seluruh ibu siswa/i yang bersekolah di TK Al-Mu'min Paseh, Majalaya. Penelitian ini dilakukan di TK Al-Mu'min Paseh pada tahun 2024.