BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Anak prasekolah adalah sekelompok anak berusia antara 3-6 tahun. Usia ini disebut dengan *golden age* atau usia emas karena anak pada masa ini mengalami pertumbuhan yang sangat pesat sehingga memerlukan zat gizi yang tinggi, meliputi penambahan berat badan sekitar 2,3kg per tahun, penambahan ukuran tubuh sekitar 6,5 hingga 7,8cm per tahun, dan perkembangan organ-organ penting seperti otak dan saluran pencernaan (Nurmaliza & Herlina, 2019). Pada anak usia prasekolah, kebutuhan nutrisi anak harus diperhatikan dengan baik seiring dengan pertumbuhan dan perkembangan kebutuhan fisiknya. Apabila kebutuhan nutrisi anak tidak diperhatikan dengan baik, maka anak akan sangat mudah mengalami gizi kurang karena pada usia ini anak cenderung mengabaikan waktu makan dan menghabiskan waktunya dengan bermain bersama teman-temannya. Mengingat gizi pada anak merupakan faktor penting bagi pertumbuhan dan perkembangan anak, maka penting bagi orang tua untuk memperhatikan kebutuhan dan porsi makanan yang seimbang agar gizi anak tercukupi dengan baik (Azrimaidaliza et al., 2019).

Menurut Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) pada tahun 2022 mencatat bahwa Secara Nasional Indonesia berdasarkan indeks BB/TB dengan prevalensi balita yang mengalami gizi buruk sebanyak 7,7%, prevalensi balita gizi kurang sebanyak 17,1% dan prevalensi balita gizi lebih sebanyak 3,5% kasus dari 34 provinsi yang ada di Indonesia. Prevalensi permasalahan status gizi di Indonesia menurun dari 24,4% pada tahun 2021 menjadi 21,6% pada tahun 2022. Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) pada tahun 2022 mencatat bahwa Provinsi Jawa Tengah berdasarkan BB/TB dengan prevalensi balita yang mengalami gizi buruk sebanyak 7,9%, prevalensi balita gizi kurang sebanyak 17,6% dan prevalensi balita gizi lebih sebanyak 3,2% (Kemenkes RI, 2022).

Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) pada tahun 2022 menemukan bahwa prevalensi permasalahan gizi di Jawa Tengah memiliki kategori kuning dan terdapat 19 kabupaten. Salah satu kabupaten dengan permasalahan gizi yang terus meningkat dan mempunyai jumlah permasalahan gizi tertinggi yaitu Kabupaten Brebes, dengan prevalensi balita yang mengalami gizi buruk sebanyak 8,7%, prevalensi balita gizi kurang sebanyak 29,1% dan prevalensi balita gizi lebih sebanyak 2,0% (Kemenkes RI, 2022). Berdasarkan Dinas Kesehatan Kabupaten Brebes pada tahun 2022 menemukan bahwa permasalahan gizi tertinggi salah satunya ada di Kecamatan Songgom, dengan prevalensi balita gizi buruk sebanyak 33,3% dan prevalensi balita gizi kurang sebanyak 66,7% kasus dari 10 desa yang ada di Kecamatan Songgom. Berdasarkan Data Wilayah Kerja Puskesmas Desa Jatirokeh mencatat bahwa permasalahan gizi yang paling tinggi ada di Desa Songgom berdasarkan indeks BB/TB menderita gizi buruk sebanyak 71 kasus, dengan kategori gizi kurang sebanyak 60 anak dan kategori gizi buruk sebanyak 11 anak pada 561 anak (Dinkes, 2023).

Status gizi dipengaruhi oleh asupan makanan sehari-hari dan penggunaan zat gizi dalam tubuh. Ketika tubuh menerima nutrisi yang cukup dan menggunakannya secara efisien, maka status gizi optimal akan tercapai, sehingga terjadi pertumbuhan fisik, perkembangan otak, kapasitas kerja, dan kesehatan. Jika tubuh tidak menerima nutrisi yang cukup maka akan mempermudah anak kekurangan gizi yang menyebabkan kerusakan yang *irreversible* atau tidak dapat dipulihkan dan menimbulkan penyakit yang mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak, baik secara fisik maupun psikomotor dan mental serta dapat mempengaruhi kekurangan sel otak 15% sampai 20%. Kurangnya gizi anak pada tingkat kronis berpenampilan kurus, rambut pirang, perut buncit, wajah berekpresi karena bengkak atau keriput, cengeng dan kurang responsif. Sedangkan pada tingkat ringan maupun sedang belum menunjukkan gejala yang abnormal pada anak, karena anak masih bisa beraktivitas dan bermain seperti biasa (Afrika et al., 2022).

Permasalahan status gizi masih menjadi masalah utama kesehatan yang dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain penyakit infeksi, jumlah anggota keluarga, pelayanan kesehatan, budaya pantang makanan, pola asuh, jenis pekerjaan, tingkat pendidikan, keterampilan & konsumsi pangan (Belina Lang, 2023). Pola konsumsi pangan sering kali dipengaruhi oleh tingkat ketersediaan makanan dan sikap terhadap makanan tersebut. Tingkat ketersediaan makanan dipengaruhi oleh jenis, jumlah bahan makanan yang tersedia, kemampuan atau daya beli, pola makan dan pola konsumsi makanan yang tersedia serta jumlah anggota keluarga. Masih terdapat adanya menu makanan dalam keluarga yang kurang bervariasi dan sedikit mengesampingkan masalah gizi makanan. Adanya perbedaan pola pangan dan produksi pangan tersebut dapat berpengaruh terhadap status gizi masyarakat, begitu juga terhadap status gizi anak (Diana, 2022).

Dampak dari permasalahan gizi tidak hanya terjadi pada pertumbuhan dan perkembangan anak, namun akan berpengaruh pula pada kecerdasan anak, keterbelakangan mental dan menurunnya produktivitas, sehingga dalam jangka panjang dapat mengakibatkan buruknya kualitas sumber daya manusia (SDM) dimasa yang akan datang. Oleh karena itu, menjaga status gizi anak sangat penting. Menjaga status gizi anak diperlukan pengetahuan mengenai makanan yang baik untuk dikonsumsi anak. Tingkat pendidikan seorang ibu berpengaruh terhadap pengetahuan, karena perannya dalam menyiapkan makanan yang baik mempunyai pengaruh yang besar dalam meningkatkan status gizi keluarga, terutama pada anak (Ertiana & Zain, 2023). Ibu merupakan orang yang paling dekat hubungannya dengan anak, maka tingkat pengetahuan ibu tentang gizi menjadi kunci utama terpenuhinya status gizi pada anak. Selain itu tingkat pendidikan berpengaruh juga terhadap mudah atau tidaknya seseorang menyerap dan memahami pengetahuan yang mereka peroleh (Kusumaningrum, 2021).

Pengetahuan mempengaruhi sikap dan perilaku ibu dalam memilih makanan yang diperoleh mulai dari menyiapkan menu sehat, mengetahui pemilihan jenis bahan makanan, mengolah bahan makanan yang sehat hingga menentukan pola konsumsi

makanan sehat sesuai dengan kebutuhan masing-masing setiap anak. Sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Zulaikhah bersama timnya, mengatakan bahwa pengetahuan merupakan salah satu faktor predisposisi yang bisa merubah perilaku seseorang (Zulaikhah et al., 2019). Pengetahuan ibu dalam menyiapkan makanan dengan baik berpengaruh terhadap kebutuhan dan kecukupan nutrisi pada anak. Jika ibu mempunyai pengetahuan yang baik dalam menyiapkan makanan, maka ia akan memberikan makanan yang sehat. Begitu pula jika pengetahuan ibu rendah, ia akan memberikan makanan yang rasanya enak, tanpa mempertimbangkan baik atau tidak untuk tumbuh kembang anak, sehingga meningkatkan banyak masalah pada anak (Afrinis, Indrawati, & Raudah., 2021).

Demikian juga anak sudah mempunyai pilihan terhadap makanan yang disukai termasuk makanan jajanan. Oleh karena itu jumlah dan variasi makanan harus mendapatkan perhatian secara khusus, terutama dalam mengarahkan pilihan anak agar memilih makanan yang bergizi seimbang. Ibu adalah penentu makanan yang dikonsumsi oleh anak. Kurangnya pengetahuan gizi dan kesehatan orang tua, khususnya pada ibu menjadi salah satu penyebab terjadinya kekurangan gizi pada anak. Ibu yang sehari-harinya terbiasa menyiapkan makanan bagi anggota keluarga juga harus mempunyai keterampilan dasar dalam menciptakan menu makanan sehat dan menyenangkan supaya anak tidak cepat bosan dan tertarik untuk makan (Suryani et al., 2022).

Kebanyakan orang tua hanya menawarkan dua jenis makanan setiap kali anak makan. Misalnya nasi dengan sayur atau nasi dengan lauk telur. Kurangnya kreativitas orang tua dalam menawarkan jenis dan variasi makanan dapat menyebabkan anak cepat bosan dengan makanan yang diberikan dan kesulitan makan, sehingga menyebabkan banyak masalah pada status gizi anak. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Rinda, sekitar 62,5% ibu mampu menerapkan perilaku gizi seimbang pada anaknya, 75% mempunyai sikap positif dalam memberikan makanan yang seimbang dan 54,2% ibu menyatakan memahami, namun tidak

mampu memberikan makanan seimbang dan tidak dapat mempraktikkan dengan baik sehingga meningkatkan permasalahan gizi pada anak (Lince, 2023).

Menurut (Adriani & Wirjatmadi, 2012) dalam proses tumbuh kembang ditentukan oleh makanan yang dimakan sehari-hari, dimana jumlah makanan yang diberikan anak berangsur sesuai dengan bertambahnya kebutuhan anak akan berbagai asupan gizi. Selain itu masyarakat belum menyadari anak pendek merupakan suatu masalah, karena anak pendek di masyarakat terlihat sebagai anak-anak dengan aktivitas yang normal, tidak seperti anak kurus yang harus segera ditanggulangi. Demikian pula halnya gizi ibu waktu hamil, masyarakat belum menyadari pentingnya gizi selama kehamilan berkontribusi terhadap keadaan gizi pada bayi yang akan dilahirkannya kelak (Utami, Kamsiah, & Siregar., 2020).

Studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 23 Mei 2024 di Desa Songgom dengan 10 ibu yang memiliki anak prasekolah usia 3-6 tahun terkait pengetahuan ibu dalam menyiapkan makanan yang baik untuk dikonsumsi, sebanyak 4 orang ibu belum tepat dalam menyiapkan makanan yang baik karena masih menggunakan makanan *frozen* atau siap saji, 3 orang ibu tidak menerapkan pola makan yang baik, anak diberikan makan jika anak merasa lapar saja dan 3 orang ibu selalu menuruti keinginan menu makanan yang anak sukai tanpa memperhatikan kandungan gizinya. Sebagian besar ibu yang tinggal di Desa Songgom dengan pendidikan terakhir SD/MI dan pekerjaannya sebagai buruh tani dengan penghasilan rendah sehingga mereka hanya memberikan makanan seadanya yang terpenting anak tetap mau makan dan merasa kenyang serta mereka juga masih banyak yang belum tahu tentang makanan apa saja yang mengandung gizi baik untuk anak. Berdasarkan hasil survei pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 23 Mei 2024 dengan Bidan Desa Songgom melalui wawancara, bidan mengatakan masih banyak masyarakat yang berpandangan bahwa seorang perempuan tidak perlu bersekolah tinggi karena nantinya akan bekerja di dapur dan mengurus keluarga. Hal tersebut dapat meningkatkan kasus permasalahan gizi yang ada di Desa Songgom.

Pemenuhan gizi yang seimbang sesuai dengan kebutuhan disertai pemilihan bahan makanan yang tepat akan melahirkan status gizi yang baik. Hasil Riset Kesehatan Dasar 2022 menunjukkan bahwa penduduk desa mengonsumsi makanan di bawah kebutuhan minimal sebesar 59,3%, itu artinya kurang dari 70% dari Angka Kecukupan Gizi (AKG) yang dianjurkan tahun 2022. Begitu penting arti makanan yang baik untuk anak konsumsi, maka orang tua perlu memahami atau lebih mengerti, bagaimana sebaiknya memberikan makanan kepada buah hatinya. Kebutuhan gizi anak terpenuhi, jika konsumsi makan anak sesuai dengan keseimbangan nutrisi yang dianjurkan sesuai dengan usianya (Risikesdas, 2022). Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk mengambil judul penelitian mengenai “Hubungan pengetahuan ibu dalam menyiapkan makanan dengan status gizi anak prasekolah usia 3-6 tahun di Desa Songgom Kecamatan Songgom”.

1.2 Tujuan Penelitian

1.2.1 Tujuan Umum

Mengidentifikasi hubungan pengetahuan ibu dalam menyiapkan makanan dengan status gizi anak prasekolah usia 3-6 tahun di Desa Songgom Kecamatan Songgom.

1.2.2 Tujuan Khusus

1.2.2.1 Mengidentifikasi pengetahuan ibu dalam menyiapkan makanan.

1.2.2.2 Mengidentifikasi status gizi anak prasekolah.

1.2.2.3 Mengidentifikasi hubungan pengetahuan ibu dalam menyiapkan makanan dengan status gizi anak prasekolah usia 3-6 tahun.

1.3 Manfaat Penelitian

1.3.1 Manfaat Aplikatif

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan ibu dalam menyiapkan makanan menjadi lebih baik dan dapat memperbaiki, mengontrol status gizi pada anak prasekolah.

1.3.2 Manfaat Keilmuan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi perkembangan ilmu keperawatan khususnya di bidang keperawatan anak yang berkaitan dengan pengetahuan ibu dalam menyiapkan makanan anak prasekolah.

1.3.3 Manfaat Metodologi

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan penelitian lebih lanjut untuk menambah pengetahuan dan keterampilan ibu dalam menyiapkan makanan terhadap status gizi pada anak prasekolah.