

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Anak usia dini adalah anak yang dalam rentang usia 0-6 tahun, pada usia ini anak pada masa pertumbuhan dan perkembangan yang menjadi pondasi terhadap pembentukan karakter atau kepribadian seseorang (Husnul, 2019). Pertumbuhan anak tidak lepas dari gizi yang diperoleh anak sejak usia dini. Asupan makanan yang baik mampu membantu memaksimalkan proses pertumbuhan dan perkembangan anak (Awaluddin dkk., 2017). Anak yang mendapatkan gizi yang seimbang serta makanan yang sehat, akan tumbuh menjadi anak yang berkualitas, begitu pula sebaliknya (Destiyani, 2016). Salah satu contoh penerapan makanan sehat yaitu penyediaan bekal sekolah untuk anak. Aktivitas membawa bekal ke sekolah memang menjadi hal lumrah dilakukan, namun berbanding terbalik dengan tujuan awal penyediaan bekal. Bekal yang disiapkan saat ini bukan makanan sehat melainkan makanan kemasan atau makanan siap saji. Orang tua memiliki tanggung jawab terhadap pengadaan bekal yang dibawa anak. Ibu bertugas menyiapkan bekal anak agar anak mendapatkan makanan yang layak dan bergizi. Namun yang terjadi di lapangan, saat ini bekal yang disiapkan orang tua bukan lagi berupa makan sehat, tetapi makanan siap saji yang bahkan makanan kemasan (Permaisuari dkk., 2022).

Bekal makanan memiliki peran penting dalam mendukung kesehatan dan kesejahteraan, terutama di kalangan anak-anak sekolah. Bekal makanan penting untuk diperhatikan karena beberapa alasan. Pertama, bekal makanan yang sehat dapat memberikan zat gizi yang cukup dan seimbang, yang sangat diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan anak. Kedua, bekal makanan yang disiapkan di rumah cenderung lebih higienis dan bebas dari bahan pengawet serta zat aditif yang berbahaya dibandingkan dengan makanan yang dibeli di luar. Ketiga, bekal makanan juga berperan dalam mengajarkan pola makan yang sehat sejak dini, yang dapat berkontribusi pada penurunan risiko penyakit kronis seperti obesitas, diabetes, dan penyakit jantung di kemudian hari (Dos Santos & Mahan, 2017). Oleh Karena itu perlu dilakukan pencegahan dengan cara membatasi konsumsi makanan selingan yang terlalu manis, asin dan berlemak. Pangan manis, asin dan berlemak dapat meningkatkan risiko terjadinya penyakit kronis

tidak menular seperti tekanan darah tinggi, hiperkolesterol, hiperglikemia, diabetes mellitus, dan penyakit jantung (Kemenkes RI, 2014).

Bekal makanan yang adekuat sangat penting untuk memastikan bahwa anak-anak mendapatkan zat gizi yang mereka butuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. Bekal makanan yang adekuat akan memberikan berbagai zat gizi penting seperti energi, protein, lemak, karbohidrat, vitamin dan mineral, yang semuanya diperlukan untuk fungsi tubuh yang optimal, termasuk perkembangan otak, sistem imun, dan energi untuk aktivitas sehari-hari. Sebaliknya, bekal makanan yang tidak adekuat dapat menyebabkan defisiensi zat gizi, yang dapat mengakibatkan masalah kesehatan seperti kekurangan energi, penurunan konsentrasi, dan masalah pertumbuhan (Whitney & Rolfes, 2018).

Kecukupan gizi pada bekal makanan anak merupakan salah satu aspek penting dalam mendukung tumbuh kembang optimal anak, tinggi rendahnya sumbangan energi dan protein berhubungan erat dengan ragam dan jumlah bekal makanan yang dikonsumsi. Makin banyak jumlah dan ragam bekal makanan yang dikonsumsi maka makin tinggi sumbangan energi dan protein terhadap kecukupan yang dianjurkan. Kebutuhan gizi yang dianjurkan pada bekal makanan anak yaitu sebesar 10-13 % AKG (Tarwotjo, 1998). Maka dapat diketahui kecukupan gizi pada bekal makanan anak usia 4-6 tahun yaitu, energi 140-182 kkal, protein 2,5-3,25 gram, lemak 5-6,5 gram, karbohidrat 22-28,6 gram.

Berdasarkan studi pendahuluan pada bulan Februari 2024 terhadap 59 siswa PAUD Bumble Bee, diketahui bahwa sebagian besar kecukupan gizi pada bekal makanan siswa tidak adekuat dengan persentase ketidakadekuatan energi 54,25%, protein 40,68%, lemak 42,37%, dan karbohidrat 57,63%. Hal ini menunjukkan bahwa ada ketidakseimbangan dalam kecukupan zat gizi yang diberikan, di mana hanya sebagian siswa yang membawa makanan sehat seperti nasi, lauk, susu, roti dan pudding sedangkan mayoritas siswa membawa bekal yang kurang bergizi seperti makanan ringan, makanan ringan mengandung energi dari lemak dan gula tetapi rendah zat gizi penting lainnya seperti vitamin, mineral, dan serat, serta kandungan natrium yang tinggi dapat menyebabkan dampak negatif seperti mengganggu penyerapan zat gizi penting lainnya yang dibutuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangan anak, selain itu dapat mempengaruhi kebiasaan makan anak, anak yang terbiasa dengan makanan tinggi natrium

cenderung mengembangkan kebiasaan makan yang buruk di masa dewasa, yang dapat meningkatkan risiko penyakit kronis.

Berdasarkan survey yang telah dilakukan oleh Yayasan Lembaga Konsumen Indonesia (YLKI) pada tahun 2017 menyatakan bahwa sebanyak 84% anak-anak membawa bekal makanan, bekal yang dibawa pun bervariasi seperti sosis, nugget, biskuit, makanan ringan, roti, susu kotak dan mie instan (Yayasan Lembaga Konsumen Indonesia, 2017). Sementara itu disisi lain menyebutkan bahwa bekal makanan anak belum memenuhi rekomendasi dari kebutuhan yang dianjurkan (Anugraheni & Mulyana, 2019).

Faktor-faktor yang mempengaruhi kecukupan gizi pada bekal makanan anak, salah satunya adalah umur Ibu. Ibu yang lebih dewasa cenderung memiliki pengalaman dan pengetahuan yang lebih banyak mengenai kecukupan zat gizi yang dibutuhkan oleh anak-anak mereka. Seiring dengan bertambahnya umur, Ibu biasanya memperoleh lebih banyak informasi tentang pentingnya gizi seimbang dan cara mengolah makanan yang sehat (Sari & Rahmawati, 2019). Selain itu Ibu yang berumur lebih dewasa memiliki pemahaman yang lebih baik mengenai kebutuhan gizi anak dan lebih berpengalaman dalam menyusun menu makanan yang memenuhi standar gizi yang baik (Putri & Lestari, 2020). Akan tetapi disisi lain mengatakan tidak menemukan adanya hubungan antara umur ibu dengan gizi anak, hal ini terjadi karena faktor lain yaitu faktor pengetahuan ibu, dikarenakan kurangnya pengetahuan ibu tentang gizi, faktor umur juga sangat mempengaruhi tingkat pengetahuan ibu tentang gizi (Liswati dkk., 2016). Selain itu umur ibu tidak menjadi faktor penentu gizi anak, akan tetapi faktor kesungguhan ibu dalam merawat, mengasuh serta membesarkan anaknya. Sikap dan pengetahuan tentang gizi anak yang cukup akan memberikan dampak pada pola pemberian makan yang diberikan kepada anak (Syakirah, 2021).

Selain umur ibu, jumlah anggota keluarga juga merupakan faktor signifikan yang mempengaruhi kecukupan gizi pada bekal makanan anak. Jumlah anggota keluarga berpengaruh terhadap alokasi sumber daya, distribusi makanan, dan perhatian yang diberikan kepada setiap anggota keluarga, termasuk anak-anak. Semakin banyak jumlah anggota keluarga, semakin besar pula kebutuhan pangan yang harus dipenuhi oleh keluarga tersebut (Kurniawan & Yuliana, 2017).

Disamping umur Ibu dan jumlah anggota keluarga, pengetahuan gizi yang baik pada Ibu juga sangat berperan dalam memastikan bahwa bekal makanan

yang disiapkan untuk anak-anak mengandung zat gizi yang cukup dan seimbang. Pengetahuan gizi yang dimiliki Ibu sangat menentukan kualitas bekal makanan anak. Ibu yang memiliki pengetahuan gizi yang baik cenderung lebih sadar akan cukupnya kebutuhan zat gizi pada anak dan lebih kreatif dalam menyusun bekal makanan yang menarik dan bergizi. Pengetahuan ini memungkinkan Ibu untuk mengatasi kendala-kendala seperti keterbatasan waktu dan sumber daya, serta memastikan bahwa anak-anak mendapatkan asupan gizi yang cukup melalui bekal makanan mereka (Yulianti & Suryani, 2019). Ibu yang memiliki pengetahuan baik lebih banyak menyiapkan bekal makanan yang memiliki kandungan zat gizi sebesar 150 kkal, sedangkan Ibu yang berpengetahuan cukup dan kurang hanya memberikan bekal makanan berupa makanan jajanan seperti makanan ringan yang kurang mengandung zat gizi (Meliala dkk., 2014).

Permasalahan tentang kecukupan gizi pada bekal makanan siswa PAUD yang berfokus pada umur ibu, jumlah anggota keluarga, dan pengetahuan gizi ibu sangat penting karena ketiga faktor ini berpengaruh langsung terhadap kualitas dan kuantitas gizi dalam bekal yang disiapkan. Umur ibu berkaitan dengan pengalaman dan prioritas dalam pemilihan makanan, jumlah anggota keluarga mempengaruhi ketersediaan dan jenis makanan yang bisa dibeli, serta pengetahuan gizi ibu menentukan seberapa baik ibu memahami dan menerapkan prinsip gizi seimbang dalam bekal anak, sehingga memahami pengaruh ketiga faktor ini dapat membantu meningkatkan standar gizi anak di masa krusial perkembangannya. Oleh karena itu, penelitian ini menjadi penting untuk dilaksanakan dalam rangka meningkatkan kesadaran dan pemahaman tentang faktor-faktor yang mempengaruhi kecukupan gizi dalam bekal makanan siswa PAUD.

Berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Hubungan Umur Ibu, Jumlah Anggota Keluarga, dan Pengetahuan Gizi Ibu dengan Kecukupan Gizi pada Bekal Makanan Siswa PAUD Bumble Bee”.

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “apakah ada hubungan umur ibu, jumlah anggota keluarga, dan pengetahuan gizi Ibu dengan kecukupan gizi pada bekal makanan siswa PAUD Bumble Bee?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan umur ibu, jumlah anggota keluarga, dan pengetahuan gizi Ibu dengan kecukupan gizi pada bekal makanan siswa PAUD Bumble Bee.

1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Mengidentifikasi karakteristik (pendidikan Ibu, pekerjaan Ibu, jenis bekal makanan).
2. Mengidentifikasi umur Ibu siswa PAUD Bumble Bee.
3. Mengidentifikasi jumlah anggota keluarga siswa PAUD Bumble Bee.
4. Mengidentifikasi pengetahuan gizi Ibu siswa PAUD Bumble Bee.
5. Menganalisis hubungan umur Ibu dengan kecukupan gizi pada bekal makanan siswa PAUD Bumble Bee.
6. Menganalisis hubungan jumlah anggota keluarga dengan kecukupan gizi pada bekal makanan siswa PAUD Bumble Bee.
7. Menganalisis hubungan pengetahuan gizi Ibu dengan kecukupan gizi pada bekal makanan siswa PAUD Bumble Bee.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat menambah wawasan dan pengetahuan khususnya bagi penulis mengenai apa saja yang berhubungan dengan kecukupan gizi dalam pemberian bekal kepada anak, sehingga kita dapat mengembangkan intervensi yang lebih efektif untuk meningkatkan kualitas bekal makanan anak.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Orang Tua

Orang tua dapat lebih memperhatikan kembali menu makanan bergizi pada anaknya dengan mengolah semua jenis makanan yang memiliki gizi seimbang dan higienis, sehingga dapat memenuhi kecukupan gizi pada anaknya.

2. Bagi Guru

Dapat lebih meningkatkan sosialisasi dan pemahaman kepada orang tua siswa agar dapat membuat bekal makanan dan memberikan pengertian kepada siswanya untuk tidak mengonsumsi jajanan yang tidak sehat.

3. Bagi Peneliti Lain

Sebagai bahan referensi dan masukan bagi peneliti lain untuk meneliti bekal makanan siswa dengan variabel bebas yang berbeda.

1.5 Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No.	Nama	Penelitian	Persamaan	Perbedaan
1.	Syaida Marpuah (2023)	Analisis Kecukupan Gizi Bekal Makanan Untuk Meningkatkan Aktivitas Belajar Anak Usia Dini Di Taman Kanak-Kanak Fajar Bunda Desa Rokan Timur Kecamatan Rokan IV Koto Kabupaten Rokan Hulu	Meneliti tentang kecukupan gizi bekal makanan anak	<ul style="list-style-type: none"> • Penelitian saat ini menggunakan kuantitatif • Variabel umur ibu, jumlah anggota keluarga dan pengetahuan • Menggunakan uji <i>Rank Spearman</i>
2.	Fajria Umasugi, Rosita Wondal & Bujuna Alhahad (2020)	Kajian Pengaruh Pemahaman Orangtua Terhadap Pemenuhan Gizi Anak Melalui Lunch Box (Bekal Makanan)	Meneliti tentang kecukupan gizi pada bekal makanan	<ul style="list-style-type: none"> • Penelitian menggunakan survey analitik kuantitatif • Menggunakan uji <i>Rank Spearman</i>
3.	Achmad Faiz el Akbar (2020)	Faktor-faktor Yang Mempengaruhi perilaku Ibu dalam Pemilihan Makanan Bekal pada Anak Prasekolah di Taman Kanak-kanak Islam Terpadu Robbani Indralaya Utara, Ogan Ilir	Sama-sama meneliti tentang pengetahuan orang tua tentang bekal anak	<ul style="list-style-type: none"> • Peneliti menambahkan variabel umur ibu dan jumlah anggota keluarga • Menggunakan uji <i>Rank Spearman</i>
4	Cindi Claudia Nurulita (2019)	Perbedaan Kecukupan Energi dan Status Gizi Siswa Membawa Bekal dan Tidak Membawa Bekal Ke Sekolah	Sama-sama meneliti tentang kecukupan gizi bekal anak	<ul style="list-style-type: none"> • Peneliti menambahkan variabel umur ibu, jumlah anggota keluarga dan pengetahuan • Menggunakan uji <i>Rank Spearman</i>