

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Anak usia dini berada pada masa keemasan di setiap rentang usia perkembangan anak. Masa ini merupakan masa anak yang mulai peka terhadap stimulus dari lingkungan. Pada anak usia dini tumbuh kembangnya bergantung pada tiga pilar layanan, yakni asupan gizi, layanan kesehatan, dan stimulus psikososial. Usia dini merupakan periode yang paling penting dalam mendasari rentang pertumbuhan dan perkembangan kehidupan anak karena pada masa ini jika potensi anak dirangsang dengan baik maka akan berkembang dengan optimal. Usia dini merupakan tahun yang berharga bagi anak untuk mengenali berbagai fakta yang terjadi di lingkungan anak sebagai stimulus terhadap kepribadian, psikomotorik, kognitif, dan sosialnya untuk itu perlu pembinaan sejak anak usia dini.

Anak usia dini berada pada masa keemasan di setiap rentang usia perkembangan anak. Masa ini merupakan masa anak yang mulai peka terhadap stimulus dari lingkungan. Pada anak usia dini tumbuh kembangnya bergantung pada tiga pilar layanan, yakni asupan gizi, layanan kesehatan, dan stimulus psikososial (Nina Zuhana, 2021).

Gizi merupakan salah satu aspek yang sangat penting dalam pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini. Pemenuhan gizi yang cukup pada anak di usia awal (0-6 tahun) dapat mempengaruhi perkembangan mental, termasuk kecerdasan anak. Kesehatan dan gizi anak sangatlah penting untuk diperhatikan, sejak dari

dalam kandungan hingga lahir. Hal ini dikarenakan, kesehatan dan gizi sangat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak. Anak yang mendapatkan gizi yang seimbang serta makanan yang sehat, akan tumbuh menjadi manusia yang berkualitas, begitu pula sebaliknya (Saijah, 2015).

Gizi yang cukup dapat mempengaruhi perkembangan anak, termasuk perkembangan fisik dan perkembangan kognitif. Faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan fisik anak yaitu faktor internal dan faktor lingkungan. Salah satu faktor lingkungan tersebut yaitu faktor prenatal atau selama kehamilan yang meliputi gizi dan nutrisi yang dikonsumsi saat ibu hamil akan mempengaruhi pertumbuhan janin, terutama selama trimester akhir. Sedangkan dalam perkembangan kognitif anak terdapat beberapa upaya-upaya untuk meningkatkan intelegensi sejak dalam kandungan yaitu dengan mengkonsumsi makanan dengan gizi yang menunjang.

Pemenuhan asupan gizi seimbang untuk anak usia dini sangat penting agar ia tumbuh sehat, cerdas dan aktif. Untuk mewujudkannya peran aktif orang tua didalam keluarga sangat dibutuhkan. Salah satu peran orang tua untuk mendukung tumbuh kembangnya adalah dengan selalu menyiapkan dan memenuhi kebutuhan gizi anak sesuai tahap usianya. Faktor penguat dalam pembentukan perilaku anak termasuk perilaku gizi adalah keluarga. Keluarga berperan dalam promosi kesehatan terkait pengenalan dan penyediaan makanan bergizi, praktik kesehatan serta sebagai role model terhadap semua anggota keluarga (Saifah, 2019).

Mengonsumsi makanan yang sehat perlu ditanamkan, anak usia dini sudah mempunyai sifat konsumen aktif yaitu mereka sudah sudah bisa memilih makanan yang disukainya, dengan menanamkan kebiasaan makan dengan gizi yang baik merupakan modal dasar bagi pengertian anak supaya mereka mau diarahkan pada pola makan dengan gizi yang baik (Ruswadi, 2022).

Menurut Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 137 tahun 2014, pencapaian pertumbuhan dan perkembangan anak yang optimal membutuhkan keterlibatan orang tua dan orang dewasa serta akses layanan PAUD yang bermutu. Maka dari itu, peran orang tua sangat dibutuhkan dalam proses tumbuh kembang anak, dimana peran orang tua sendiri merupakan pola tingkah laku yang digunakan oleh orang tua sebagai bentuk untuk melaksanakan kewajibannya hal tersebut berupa tanggung jawab mendidik, memberikan pengasuhan serta memberikan bimbingan agar anak memiliki kesiapan dan kelancaran dalam proses kehidupannya Widayati (2018). Orang tua lah yang memfasilitasi semua kebutuhan anak termasuk gizi yang dibutuhkan sebagai penunjang proses pertumbuhan dan perkembangan. Hal ini sejalan dengan pendapat Mayar & Astuti (2021) yang menyatakan bahwa faktor utama yang mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini adalah gizi, dimana zat gizi yang diperlukan tersebut terdiri dari karbohidrat, protein, lemak, vitamin, air dan mineral Wulandari (2022), penting bagi orang tua untuk memperhatikan makanan yang dikonsumsi anak setiap hari.

Orang tua pasti sangat menginginkan anak-anaknya untuk tumbuh sehat dan bahagia. Maka dari itu orang tua akan memberikan pola makan yang baik,

agar kelak anak-anaknya dapat hidup mandiri, tetap sehat, dan tentu saja bahagia. Dengan adanya peran orang tua dalam menerapkan pengetahuannya terhadap pemberian pola makan pada anak memilih apa yang baik bagi tubuh dan apa yang tidak Primayanti di kutip oleh (Tumiwa-Bachrens, 2018). Anak-anak akan menangkap pesan penting tentang manfaat menjadi sehat yang berasal dari pola makannya. Semua ini tak hanya digunakan saat memilih makanan, tapi juga berpengaruh untuk banyak hal dalam hidup anak maupun orang tua.

Orang tua memiliki sebuah tantangan dalam perannya untuk memenuhi pola makan pada anak dengan gizi yang seimbang. Terkadang sebagian orang tua masih ada yang acuh tak acuh pada pola makan anak. Contoh dari pola makan tidak seimbang adalah konsumsi mi instan goreng tanpa tambahan lauk, sayur, dan buah, yang kemudian disertai dengan kudapan gorengan dan minuman manis yang menggunakan susu kental manis. Meskipun dapat memenuhi kebutuhan energi sehari, makanan tersebut tinggi akan asam lemak jenuh dan gula, serta rendah akan serat, vitamin, dan mineral Pemerintah Indonesia melalui Kementerian Kesehatan telah menerbitkan Pedoman Gizi Seimbang bagi masyarakat Indonesia (KEMENKES RI, 2014).

Peran orang tua sangat penting dalam pemenuhan gizi anak, terutama ibu. Pengetahuan dan keterampilan yang memadai seharusnya dimiliki oleh seorang ibu sebagai modal dalam pemenuhan gizi anak. Orang tua harus dapat membentuk pola makan anak, menciptakan situasi yang menyenangkan dan menyajikan makanan yang menarik untuk dapat memenuhi kebutuhan gizi anak-anaknya (Nongyendi, 2013). Ibu sebagai pengasuh mempunyai peranan yang

penting dalam hal yang berkaitan dengan makanan mulai dari penyusunan menu makanan, pembelian, pemberian makanan kepada anak, membentuk pola makan anak dan frekuensi makan anak.

Berdasarkan hasil observasi yang penulis lakukan pada 13 Februari 2023 di TK Darul Qur'an. Terdapat 12 orang anak di kelas B. Pada saat melakukan pengamatan langsung peneliti menemukan ada 9 anak yang masih suka pilih-pilih makanan, tidak mau makan sayuran, dan cenderung menyukai "junk food". Peran orang tua yang sesuai dalam pemberian makanan bergizi seimbang diantaranya, orang tua memberikan pola makan yang sehat untuk anaknya, orang tua menerapkan kebersihan sebelum dan sesudah makan, orang tua melakukan apapun agar menarik perhatian anak untuk mau makan dan menghabiskan makanannya, orang tua anak memberikan makanan-makanan yang mengandung gizi seimbang, orang tua menerapkan pola makan anak sesuai pemahaman yang mereka ketahui, dan orang tua juga memberikan makan anak sesuai dengan jadwal makan yang mereka ketahui. Namun, ada juga orang tua yang tidak memberikan makanan selingan yang penting mengikuti jadwal makan anak. Tetapi ada juga orang tua yang gemar membuatkan makanan cemilan untuk anaknya agar anak tidak selalu makan diluar agar menjaga kebersihan dan kesehatan untuk anaknya.

Pengetahuan orang tua tentang gizi sangat berperan penting menentukan pilihan makanan anak yang bergizi seimbang, karena orang tua yang menyediakan makanan untuk anak, selain itu orang tua juga merupakan orang terdekat yang mendidik dan menjaga pola makan anaknya.

Menurut Prasetyo, Y.B., (2022) orang tua khususnya ibu sangat berperan penting dalam pemberian makan anak, karena ibu yang lebih sering berinteraksi dengan anak. Ibu berperan penting dalam masa tumbuh kembang anak. Pada masa tumbuh kembang anak akan mengalami perubahan pola makan, umumnya anak mengalami kesulitan makan. Ibu adalah orang pertama yang berperan penting mengetahui sikap perkembangan anak termasuk perubahan pola makan anak tersebut. Peran ibu dalam pemberian makan pola makan anak dapat berpengaruh, seperti cara memberikan makanan, menenangkan anak dengan memberikan makan ringan, memasak dan menyediakan makanan untuk anak, tepat dalam memberikan makanan, membiasakan makan tepat waktu.

Oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian deskriptif kuantitatif tentang peran orang tua dalam pemberian gizi seimbang pada anak usia (5-6) tahun, sehingga nanti peneliti dapat mempersentasekan jumlah orang tua dalam memberikan makanan gizi seimbang pada anak usia (5-6) tahun di Desa Parit.

1.2 Identifikasi Masalah

Dari latar belakang diatas dapat disimpulkan identifikasi masalahnya adalah sebagai berikut :

- a. Orang tua mengabaikan pemberian gizi seimbang untuk anak
- b. Orang tua tidak menjaga kebersihan makan anak
- c. Orang tua mengkreasikan menu makanan agar menarik

- d. Berat dan tinggi badan anak tidak sesuai dengan usia anak
- e. Kandungan gizi yang diberikan pada makanan anak tidak lengkap

1.3 Batasan Masalah

Agar penelitian ini lebih efektif, maka perlu pembatasan masalah dalam penelitian ini dibatasi pada:

- a. Penelitian ini tentang peran orang tua terhadap pemberian gizi seimbang kepada anak
- b. Subjek penelitian ini adalah orang tua anak

1.4 Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan uraian dalam latar belakang diatas, maka dapat dirumuskan pokok permasalahan dalam penelitian ini yaitu:

- a. Bagaimana peran orang tua dalam memberikan makanan gizi seimbang pada anak usia 5-6 tahun di Tk Darul Qur'an Desa Parit?
- b. Bagaimana Analisis peran orang tua dalam pemberian makanan gizi seimbang pada anak usia 5-6 tahun di Tk Darul Qur'an Desa Parit?

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas maka yang menjadi tujuan penelitian pada penelitian ini adalah:

- a. Untuk mengetahui peran orang tua dalam memberikan makanan gizi seimbang pada anak usia 5-6 tahun di Tk Darul Qur'an Desa Parit
- b. Untuk mengetahui analisis peran orang tua dalam pemberian makanan gizi seimbang pada anak usia 5-6 tahun di Tk Darul Qur'an Desa Parit

1.6 Manfaat Penelitian

Dengan melakukan penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

a. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan dan manfaat bagi pembaca sebagai bahan pembelajaran untuk pemberian makanan gizi seimbang pada anak usia (5-6) tahun di Desa Parit.

b. Manfaat Praktis

1) Bagi peneliti:

Dengan melakukan penelitian ini dapat dijadikan sebagai wahana untuk menambah wawasan pengetahuan mengenai pemberian gizi seimbang kepada anak dan dapat diterapkan secara langsung oleh peneliti esoknya cara untuk memenuhi kebutuhan gizi seimbang pada anak.

2) Bagi orang tua:

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi kepada orang tua anak khususnya ibu-ibu untuk memilih dan memberikan makanan bergizi seimbang untuk anak.

3) Bagi anak

Dengan diberikannya makanan yang bergizi seimbang sehingga anak dapat tumbuh dan berkembang secara optimal serta mencegah terjadinya berbagai penyakit akibat kurangnya zat gizi dalam tubuh anak.