

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Usia prasekolah adalah anak yang memasuki usia 3-5 tahun (Hockenberry&Wilson, 2015). Laju pertumbuhan pada usia ini menurun dibandingkan dengan laju pertumbuhan pada masa bayi. Ketika laju pertumbuhan menurun dan kemampuan motorik mereka sudah meningkat tajam kebutuhan gizi lebih tinggi dan pola makan juga akan berubah (Soetardjo, 2011).

Pola makan pada usia prasekolah sudah sama dengan pola makan keluarga hanya saja pola makan yang baik untuk anak harus memperhatikan kebutuhan gizi anak. Makanan yang diberikan kepada anak juga harus bervariasi dengan mengolah makanan yang memenuhi standar gizi seimbang sehingga anak tidak cepat bosan (Aidina, Lubis, dan Adriani, 2014). Pola makan dengan gizi seimbang mengandung komponen yang mencakup kuantitas dan kualitas, mengandung berbagai zat gizi (energi, protein, vitamin, dan mineral) yang diperlukan anak untuk pertumbuhan (Kemenkes RI, 2014). Pola makan dengan gizi seimbang akan mempengaruhi status gizi anak.

Status gizi merupakan keseimbangan antara asupan zat gizi dengan jumlah zat gizi yang diperlukan oleh tubuh (Par'I, 2017). Menurut Williams, Anderson, dan Rawson (2013), asupan zat gizi yang tidak sesuai dengan kebutuhan tubuh akan menyebabkan ketidakseimbangan nutrisi meliputi konsumsi makanan yang tidak adekuat (kurang gizi) atau konsumsi makanan yang berlebih (kelebihan gizi). Kementerian Kesehatan Republik Indonesia

(Kemenkes RI) menjelaskan masalah status gizi pada balita meliputi berat badan kurang (*underweight*), pendek (*stunting*), kurus (*wasting*), dan gemuk (*overweight*) (Kemenkes RI, 2018).

Berdasarkan hasil pemantauan status gizi tahun 2017 menunjukkan masalah gizi di Indonesia menurun tetapi masih cukup tinggi. Jumlah balita dengan status gizi buruk sebanyak 3,8%, gizi kurang 14,0%, dan gizi lebih sebanyak 1,8% (Kemenkes RI, 2017). Status gizi balita berdasarkan BB/TB menurut Kabupaten/Kota Provinsi DKI Jakarta tahun 2016 di Jakarta Pusat sebesar 0,44% dengan jumlah balita 82 balita gizi buruk (Dinas Kesehatan Provinsi DKI Jakarta, 2016).

Menurut Kemenkes, RI (2014) masalah gizi perlu dicegah dengan mensosialisasikan pedoman gizi seimbang. Pedoman ini bertujuan untuk menyediakan pedoman makan dan perilaku sehat berdasarkan prinsip konsumsi aneka ragam pangan yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan setiap individu atau kelompok umur. Gizi seimbang sangat penting untuk pertumbuhan baik tinggi badan atau panjang badan dan berat badan anak, serta perkembangan fisik dan kecerdasan bagi anak.

Berdasarkan wawancara yang diperoleh dari Kader di Rusun Tanah Tinggi, Jakarta Pusat menyatakan bahwa tidak ada permasalahan dalam status gizi. tetapi ketika di observasi masih ada anak yang gizi berlebih. Selain itu, didapatkan data dari ibu yang memiliki anak usia 3-5 tahun mengatakan telah menyediakan makanan untuk anak lengkap sesuai dengan makanan keluarga. namun anak menolak untuk makan secara lengkap dan lebih meminta untuk menyediakan makanan sesuai dengan keinginan mereka. Ibu juga mengatakan

bahwa anak cenderung lebih memilih jajan seperti ciki, permen, dan es dibandingkan dengan makanan yang bergizi. Ibu juga mengatakan anak makan makanan pokok kurang dari 3 kali dalam sehari.

Berdasarkan hasil penelitian Faradiba (2012) menunjukkan bahwa anak usia prasekolah dengan status gizi kurang memiliki pola makan kurang sebanyak 13 responden (30,2%) dan status gizi baik memiliki pola makan kurang sebanyak 30 responden (69,8%). Penelitian Welasasih dan Wirjatmadi (2012) menunjukkan bahwa sebagian besar mengonsumsi makanan yang terdiri dari makanan pokok, lauk pauk, buah, sayur, dan susu sebanyak 9 responden (34,6%).

Penelitian Ardina, Lubis, dan Ardiani (2015) menunjukkan hasil bahwa sebagian besar balita pada status gizi baik memiliki pola makan lengkap sebesar 100% dan status gizi kurang memiliki pola makan tidak lengkap sebesar 13,5%. Sebagian besar pangan sumber karbohidrat yang paling banyak dikonsumsi adalah nasi dengan frekuensi 1-3x/hari sebesar 100%. Konsumsi sumber protein hewani adalah telur sebesar 73,84% dengan frekuensi 4-6x/minggu. Konsumsi sumber vitamin dari sayuran yang sering dikonsumsi balita yaitu bayam, tauge, dan kangkung sebesar 58,64% dengan frekuensi 1-3x/minggu. Konsumsi sumber vitamin dari buah-buahan yaitu pepaya sebesar 7,69% dengan frekuensi 1-3x/hari. Konsumsi makanan seelingan sebagian besar mengonsumsi makanan ringan seperti biskuit/roti sebesar 16,92% dengan frekuensi 1-3x/hari.

Berdasarkan data dan didukung dengan beberapa penelitian sebelumnya, peneliti tertarik melakukan penelitian untuk dapat mengetahui

gambaran karakteristik ibu dan anak serta pola makan anak usia 3-5 tahun di Rusun Tanah Tinggi Jakarta.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, status gizi pada anak usia 3-5 tahun masih terlihat anak dengan gizi berlebih. Jenis dan frekuensi makanan anak diperoleh data sepintas bahwa makanan yang dikonsumsi anak tidak sesuai dengan gizi seimbang. Anak lebih banyak mengkonsumsi jajanan atau susu dibandingkan dengan makan utama. Frekuensi makan makanan utama kurang dari 3 kali dalam sehari. Gizi yang seimbang sangat penting untuk pertumbuhan baik tinggi badan atau panjang badan dan berat badan anak, serta perkembangan fisik dan kecerdasan bagi anak. Oleh sebab itu, peneliti ingin mengetahui “Gambaran karakteristik ibu dan anak serta pola makan anak 3-5 tahun di Rusun Tanah Tinggi Jakarta”.

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Diketahui gambaran karakteristik ibu dan anak serta pola makan anak usia 3-5 tahun di Rusun Tanah Tinggi Jakarta.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Diketahui gambaran karakteristik ibu (pendidikan, pekerjaan, pendapatan, dan jumlah anak).
- b. Diketahui gambaran karakteristik anak (usia anak, jenis kelamin, dan status gizi).

- c. Diketahui pola makan anak usia 3-5 tahun di Rusun Tanah Tinggi, Jakarta Pusat.

#### **D. Manfaat Penelitian**

1. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan data dan informasi terbaru kepada masyarakat untuk mengetahui pola makan sesuai gizi seimbang sehingga dapat diterapkan di kehidupan sehari-hari.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan untuk memberikan informasi terbaru tentang gambaran karakteristik ibu dan anak serta pola makan dan frekuensi makan anak usia 3-5 tahun dan dapat dijadikan sebagai tambahan referensi untuk peneliti selanjutnya.

3. Bagi peneliti

Memberikan pengalaman baru bagi peneliti dalam mengimplementasikan ilmu keperawatan yang sudah diperoleh dan menambah wawasan serta pengetahuan terkait masalah keperawatan yang ditemukan selama melakukan penelitian.

#### **E. Ruang Lingkup**

Penelitian ini mengenai gambaran karakteristik ibu dan anak serta pola makan anak usia 3-5 tahun. Sasaran pada penelitian ini adalah ibu yang memiliki anak usia 3-5 tahun dan anak usia 3-5 tahun. Penelitian ini menggunakan desain deskriptif kuantitatif dan metode pengumpulan data berupa penyebaran angket. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 61 ibu dan seluruhnya menjadi

sampel/responden. Penelitian ini dilakukan karena diketahui pola makan anak belum seimbang. Jenis makanan yang dikonsumsi anak masih belum beragam dan frekuensi makan juga belum tepat. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juni 2019 berlokasi di Rusun Tanah Tinggi, Jakarta Pusat.