

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Anak usia dini memiliki standar perkembangan yang normal sesuai usianya yang dapat dijadikan rujukan oleh orang tua untuk mengoptimalkan asupan gizi anak. Anak usia dini didefinisikan sebagai anak berusia 0 hingga 6 tahun. Masa ini dikenal sebagai periode emas atau masa istimewa bagi perkembangan dan pertumbuhan anak, sehingga penting untuk memberikan perhatian khusus terhadap penilaian asupan gizi anak (Purbowati et al., hal. 24). Anak usia dini merupakan masa dengan tingkat aktivitas yang tinggi, sehingga menjaga keseimbangan antara pengeluaran energi dan kebutuhan gizi membutuhkan pola makan yang sehat. Hal ini bertujuan agar kesehatan anak tetap terpantau secara optimal (Purbowati et al., hal. 25). Hayatus et al. (2014) menyatakan bahwa status gizi yang baik mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak. Anak-anak usia dini membutuhkan gizi yang baik agar mereka dapat membantu belajar di sekolah. Masa emas ini hanya terjadi satu kali seumur hidup dan harus dimanfaatkan dalam memberikan perlakuan atau perawatan, maka dampaknya akan besar pada masa yang akan datang dan salah satunya adalah dalam pemberian gizi pada anak.

Gizi merupakan unsur yang mengandung makanan yang dapat membantu tubuh menjadi lebih sehat ketika dikonsumsi (Pratiwi & VAV, 2014). Di usia ini, anak-anak memerlukan asupan gizi yang dapat mendukung aktivitas dan perkembangan otaknya dalam upaya memastikan anak-anak mendapatkan

gizi yang baik Perkembangan anak usia dini merupakan aspek penting yang harus dipantau secara menyeluruh, mulai dari tahap janin dalam kandungan hingga setelah mereka dilahirkan ke dunia. Pemberian gizi seimbang memiliki hubungan dengan pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini. Hal ini sesuai pernyataan dari Brown J.E dalam Azmi (2018) mengatakan bahwa pemberian asupan makanan yang sehat serta bergizi, sangat menentukan masa pertumbuhan. Anak dapat mengalami gangguan pertumbuhan fisik yang sangat fatal akibat kekurangan gizi. Contohnya adalah, seperti stunting, gizi buruk, busung lapar dan lain sebagainya. Maka dari itu, sangat penting sekali adanya peran dari orang tua dalam pengasuhan, orang tua perlu memahami terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak.

Menurut Hidayat (Umasugi Fajria, 2020: 6), kandungan nutrisi dalam makanan memiliki pengaruh signifikan terhadap tubuh anak, terutama dalam mendukung proses pertumbuhan dan perkembangan serta mencegah berbagai penyakit akibat kekurangan nutrisi. Pertumbuhan dan perkembangan anak dapat terhambat akibat kekurangan nutrisi yang mengakibatkan masalah seperti rendahnya energi, protein, anemia (kekurangan sel darah merah), defisiensi seng, defisiensi yodium (yang dapat menyebabkan gondok dan hipotiroidisme), dan defisiensi vitamin A. Anak membutuhkan gizi yang baik dan seimbang agar mendukung pertumbuhan dan perkembangannya serta melindungi anak terjangkit penyakit yang berhubungan dengan terganggunya fungsi organ anak dan anggota tubuh anak yang dapat mengganggu pertumbuhan dan perkembangan pada anak. Masalah kesehatan yang paling banyak terjadi di kalangan anak-anak adalah kekurangan gizi. Pola makan yang

tidak teratur dan tidak sesuai dengan standar gizi seimbang adalah penyebabnya (Santrock, 2007). Oleh karena itu, nutrisi harus diberikan sejak usia dini untuk memastikan pertumbuhan yang sehat dan manfaat di masa depan bagi anak-anak (Istiany & Rusilanti, 2013).

Pemenuhan kebutuhan gizi anak menjadi hal yang sangat perlu untuk diperhatikan. Seseorang yang memiliki peran penting untuk menjaga pertumbuhan dan perkembangan anak adalah keluarga. Menurut Friedman (2014), keluarga adalah sebuah kelompok kecil yang terdiri dari beberapa hubungan yang saling bergantung. Orang tua memainkan peran penting dalam kehidupan anak-anak. Sebagai orang tua, mereka memiliki tanggung jawab langsung untuk mendidik dan merawat anak-anak mereka. Anggota keluarga terutama orang tua harus bisa menjalankan fungsinya sebagaimana perannya dalam keluarga. Sebagaimana penelitian dari putri (2019) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara pengasuhan orang tua terhadap status gizi balita. Untuk mendukung tercukupinya kebutuhan gizi anak, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia telah meluncurkan program Isi Piringku sebagai pedoman gizi seimbang yang mudah dipahami oleh masyarakat. Program ini menggarisbawahi pentingnya mengonsumsi makanan pokok, lauk pauk, sayur, dan buah dengan porsi yang tepat, serta menekankan pentingnya minum air putih, menjaga kebersihan tangan, dan melakukan aktivitas fisik (Kemenkes RI, 2017).

Dalam pembicaraan tentang pengasuhan, umumnya anak-anak biasanya dibesarkan oleh orang tua mereka, yang memiliki peran yang sangat penting dalam mendidik dan merawat mereka. Menurut Andriani dan Rachmawati

(2022) mengartikan pengasuhan sebagai proses mendidik anak dari lahir hingga dewasa. Rakhmawati (2015) juga mengartikan pengasuhan sebagai upaya untuk mendidik dan merawat anak sejak bayi hingga dewasa, termasuk hal-hal seperti makanan, minuman, pakaian, dan perkembangan mereka. Menurut Meilanda dkk (2022) pengasuhan adalah kumpulan tindakan yang diambil oleh orang tua untuk mencapai pertumbuhan yang diharapkan dari anak-anak. Pengasuhan merupakan hubungan antara orang tua dan anak untuk memenuhi berbagai kebutuhan anak, termasuk kebutuhan fisik, psikologis dan perkembangan anak.

Upaya untuk mengurangi angka kejadian stunting yaitu dengan menerapkan metode pola asah, asih, dan asuh yang akan dipengaruhi oleh pengasuhan orang tua yang dimana harus diterapkan agar pertumbuhan anak lebih sehat. Orang tua harus memberikan nutrisi fisik maupun mental yang tepat kepada anak. Kebutuhan asah mencakup kebutuhan yang meningkatkan stimulasi kecerdasan anak, seperti memberikan anak alat permainan edukasi agar anak dapat lebih cerdas dalam bermain (Soetjiningsih, 2012). Selain memenuhi kebutuhan emosional seperti sentuhan, kasih sayang, dan perhatian, Pola Asih juga menawarkan dukungan dan motivasi. Anak akan mendapatkan kasih sayang dan perhatian yang mereka butuhkan. Kesehatan psikologis dan gizi anak dapat ditingkatkan dengan kemampuan komunikasi orang tua, dimana kebutuhan gizi anak sebagian dipenuhi oleh komunikasi dan perhatian yang diberikan orang tua. Anak-anak akan meniru tindakan dan rutinitas orang tua, terutama dalam hal makan sehat. Tumbuh kembang anak dapat sangat dipengaruhi oleh kasih sayang dan perhatian orang tua (Burhanuddin et al.,

2021). Sedangkan Kebutuhan asuh adalah kebutuhan biomedis termasuk pemenuhan nutrisi yang mencukupi dan seimbang, perawatan kesehatan dasar, pakaian, sanitasi, higienes diri dan lingkungan serta kesegaran jasmani (Nursalam, 2017). Dari pengertian diatas, dapat disimpulkan bahwa penerapan pola asih, asah dan asuh sangat berpengaruh pada pertumbuhan dan perkembangan anak. Jika peran orang tua terhadap penerapan pola asuh kurang maka akan berpengaruh pada kesehatan gizi anak.

Di Kecamatan Bangkalan, fenomena stunting masih menjadi perhatian khusus yang dimana Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) menyebutkan bahwa angka stunting di Kabupaten Bangkalan pernah mencapai 38,9% (Rustriani, 2022). Salah satu faktor yang berkontribusi terhadap kondisi ini adalah kurangnya pengasuhan orang tua mengenai pentingnya gizi seimbang. Selain itu faktor seperti kesibukan orang tua, terutama yang bekerja di sektor formal, juga mempengaruhi kualitas bekal makanan yang disiapkan untuk anak. Banyak orang tua yang karena keterbatasan pengetahuan dan waktu memilih memberikan bekal seadanya tanpa mempertimbangkan nilai gizi yang terkandung didalam bekal makanan. Dalam upaya memenuhi kebutuhan anak, peran orang tua, khususnya dalam pengasuhan dan pemberian makanan menjadi sangat krusial. Bekal makanan yang dibawa anak ke sekolah sering kali menjadi cerminan dari pengasuhan orang tua yang dimana dari pemahaman orang tua mengenai pola asuh tidak hanya pada aspek emosional atau perilaku anak saja tetapi juga mencakup penyediaan asupan gizi yang seimbang melalui makanan, termasuk bekal yang dibawakan ke sekolah. Pengasuhan orang tua dapat memengaruhi keputusan

orang tua dalam menyiapkan bekal yang bergizi, bervariasi dan sesuai dengan kebutuhan anak. Namun masih banyak dijumpai orang tua dalam pengasuhan terbatas mengenai pentingnya pengasuhan yang holistik, terutama dalam pemenuhan gizi anak yang berdampak pada kualitas bekal makanan yang diberikan, yang mungkin kurang memperhatikan nilai gizi dan keseimbangan nutrisi.

Menurut Soekirman (2000), pola asuh gizi mengacu pada perubahan pola pikir dan perilaku ibu atau pengasuh lainnya dalam hal pemberian makanan, kebersihan diri, menunjukkan kasih sayang, dan aspek-aspek lain yang berhubungan dengan kesehatan fisik dan mental ibu. Ibu yang mempraktikkan pola asuh yang baik akan berdampak pada tumbuh kembang anak yang akan menurunkan prevalensi gangguan gizi. Sebagai orang tua, ibu harus mengetahui cara melindungi dan merawat anak agar anak merasa nyaman, makan lebih banyak, dan tetap sehat serta terbebas dari penyakit dan cedera yang dapat menghambat tumbuh kembangnya. Jika anak-anak menerima perawatan yang tepat, kesehatan gizi mereka juga akan meningkat. Peran ibu dalam perawatan sehari-hari sangat penting untuk pertumbuhan anak karena anak akan mendapat perawatan yang baik dan gizi yang cukup.

Hal ini menunjukkan bahwa apabila orang tua tidak memiliki pengasuhan yang baik, maka dikhawatirkan anak akan mengalami keterlambatan dalam proses pertumbuhan dan perkembangannya. Semua orang sadar bahwa makanan yang kita makan harus mengandung komponen-komponen bergizi seperti protein, karbohidrat, vitamin, lemak, dan mineral. Status gizi anak dapat ditingkatkan dengan pengasuhan orang tua, yang dapat membantu mereka

mencapai potensi penuh dalam hal pertumbuhan dan perkembangan. Stunting dan ketidaktahuan tentang praktik makan sehat untuk anak merupakan cerminan dari sikap dan tindakan ibu dalam mengasuh dan memberi makan anak (Hasnawati et al., 2021). Pengasuhan ibu yang baik mempengaruhi bagaimana para ibu merawat anak-anak mereka, terutama dalam hal memilih makanan yang akan diberikan kepada anak, menurut hasil pengamatan. Pengasuhan yang tidak tepat dan ketidaktahuan merupakan hambatan utama untuk meningkatkan gizi anak, yang dapat menyebabkan masalah gizi (Widyanata, dkk 2020). Pemenuhan gizi anak juga mempengaruhi kualitas pertumbuhan dan perkembangan mereka, gizi anak perlu mendapatkan perhatian lebih. Seiring dengan perkembangan anak usia dini baik fisik maupun psikologis yang semakin meningkat, orang tua harus terus mengawasi anak-anak untuk memastikan bahwa anak berkembang sesuai dengan tahap perkembangannya. Kebutuhan gizi anak sangat penting untuk mendorong pertumbuhan dan perkembangan yang sehat serta meningkatkan kapasitas mereka untuk belajar. Banyak orang tua yang memberikan bekal makanan sebagai salah satu solusi, tetapi pengasuhan orang tua mengenai pentingnya keseimbangan gizi dalam bekal makanan sering kali masih kurang, banyak orang tua yang hanya memperhatikan aspek praktis dan kelezatan tanpa mempertimbangkan nilai gizi dari bekal makanan tersebut.

Menurut Muaris (Umasugi Fajria, 2020), membiasakan anak membawa bekal makanan sehat ke sekolah merupakan salah satu gaya hidup terbaik yang sebaiknya diajarkan oleh orang tua sejak usia dini. Salah satu kebiasaan makan sehat adalah membawa makanan sendiri karena, selain mencegah anak-anak

kelaparan, hal ini juga mencegah mereka dari mengonsumsi makanan ringan yang berpotensi berbahaya dan tidak higienis. Menurut Almatsier (Yeni, 2020) pola makan adalah upaya untuk mengatur jumlah dan jenis makanan dengan gambaran informasi seperti mempertahankan kesehatan, status gizi, mencegah atau membantu kesembuhan penyakit serta konsumsi zat gizi. Mengingat banyaknya gizi dalam makanan, kebiasaan makan anak-anak memiliki dampak signifikan terhadap perkembangan mereka (Yeni, 2020). Penelitian yang telah dilakukan oleh Mas'udah (2024) menunjukkan bahwa pembiasaan membawa bekal makanan yang sehat, ketika disertai dengan intervensi berupa ceramah atau edukasi tentang makanan sehat, memiliki hubungan positif terhadap peningkatan pemahaman anak usia dini mengenai makanan sehat.

Permasalahan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh Tovar, et al (2012) yang menemukan bahwa berat badan atau status gizi seorang anak secara langsung dipengaruhi oleh gaya pengasuhan yang diadopsi oleh orang tua, terutama ibu. Selain itu ada juga penelitian dari Rahmi, et al (2024) menyatakan bahwa untuk meningkatkan status gizi anak tidak hanya melalui makanan sehari-hari saja melainkan juga dari bekal makanan. Hal ini menunjukkan betapa pentingnya pengawasan orang tua bagi anak-anak karena hal ini memungkinkan orang tua untuk memantau status gizi dan memastikan bahwa kebutuhan anak terpenuhi berdasarkan pertumbuhan dan perkembangan masing-masing. Saat ini banyak dijumpai anak-anak kurang menyukai mengonsumsi makanan sehat, anak-anak lebih sering dan menyukai makanan cepat saji yang didapatkan dari luar. Makanan cepat saji seringkali kurang memperhatikan mutu gizi, kebersihan dan keamanan pangan (Mawarni, 2018).

Akibatnya nilai gizi yang terkandung dalam makanan tidak dapat dipastikan keamanan untuk dikonsumsi oleh anak-anak.

Berdasarkan prapenelitian yang dilakukan hasil pengamatan dan wawancara pada tanggal 6 November tahun 2024 dengan kepala sekolah di sekolah TK Yannas yang ada di Kecamatan Bangkalan masih banyak anak yang suka mengonsumsi jajanan yang belum bisa dipastikan keamanannya serta jarang mengonsumsi buah dan sayur. Konsumsi makanan instan dapat membuat anak-anak lebih sulit untuk makan sayuran dan makanan sehat lainnya, yang pada akhirnya akan menyulitkan orang tua untuk membuat anak-anak mereka memakannya (Putri, 2019). Oleh karena itu, terdapat kekurangan pemenuhan gizi karena anak-anak cenderung lebih aktif memilih makanan yang mereka suka atau tidak suka dan belum memahami pentingnya pola makan seimbang dalam memenuhi kebutuhan tubuh anak. Orang tua masih banyak sekali yang membawakan bekal anak yang sekedar cepat dan praktis dengan alasan belum sempat masak. contoh makanan yang dibawakan yaitu yang mengandung pewarna makanan seperti permen, snack dan minuman bahkan yang mengandung pengawet makanan seperti mie goreng, nugget, sosis bahkan ada yang hanya diberikan uang saku agar bisa membeli makanan diluar yang dimana belum diketahui kandungan gizi didalamnya.

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka diketahui bahwa masih banyak orang tua yang kurang paham tentang pengasuhan terhadap program “Isi Piringku”. Maka dari itu peneliti tertarik untuk mengangkat hal tersebut dengan judul “Hubungan Pengasuhan Terhadap Program “Isi Piringku” Melalui Bekal Makanan Di TK Kecamatan Bangkalan”. Penelitian ini

dilakukan untuk meningkatkan pengasuhan orang tua terhadap program “Isi Piringku” melalui bekal makanan, yang sebelumnya banyak orang tua yang kurang memahami betul akan manfaat makanan gizi yang sehat.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka dapat disimpulkan rumusan masalah pada penelitian ini yaitu, Bagaimana hubungan pengasuhan terhadap program “isi piringku” melalui bekal makanan di TK Kecamatan Bangkalan?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka dapat disimpulkan tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pengasuhan terhadap program “isi piringku” melalui bekal makanan di TK Kecamatan Bangkalan.

1.4 Manfaat Penelitian

1. Secara Teoritis
 - a. Memberikan kontribusi pada pengembangan ilmu pengetahuan di bidang pendidikan anak usia dini, kesehatan gizi, dan pengasuhan.
 - b. Memperkuat teori yang menjelaskan hubungan antara pengasuhan dengan perilaku pemberian bekal makanan bergizi.
2. Secara praktis
 - a. Penelitian ini dapat digunakan oleh pihak sekolah untuk menentukan seberapa baik informasi yang dimiliki orang tua dalam membesarkan anak untuk makan dengan sehat, dan sekolah juga dapat menginformasikan kepada orang tua tentang program “Isi Piringku” yang mendukung perkembangan anak.

- b. Bagi guru dapat menggunakan penelitian ini untuk menentukan apakah persediaan makanan anak sudah padat gizi atau belum dengan mempelajari sumber makanan yang mengandung banyak zat gizi.
- c. Penelitian ini memberikan pengalaman dan informasi kepada peneliti tentang bagaimana pengasuhan terhadap program “Isi Piringku” dan hasil dalam penelitian ini bisa digunakan untuk penelitian selanjutnya.

1.5 Batasan Penelitian

Pada penelitian ini ada beberapa batasan penelitian yang akan dijelaskan sebagai berikut:

- 1. Pengasuhan terhadap program “isi piringku” melalui bekal makanan
- 2. Anak usia 4-5 tahun
- 3. Tempat di TK Kecamatan Bangkalan yang tidak memiliki aturan dalam membawa bekal makanan

1.6 Definisi Istilah

- 1. Pengetahuan orang tua tentang pengasuhan

Pengasuhan merupakan aspek fundamental dalam tumbuh kembang anak, yang mencakup interaksi langsung antara orang tua dan anak dalam berbagai bentuk dukungan, baik fisik, emosional, maupun sosial. Menurut Munir (2024), pengasuhan adalah sikap dan perilaku orang tua dalam merawat dan membimbing yang memengaruhi pembentukan kepribadian anak. Sedangkan menurut (Mummlahanah et al., 2024) menekankan bahwa pengasuhan merupakan bentuk kontak atau interaksi antara orang tua dan anak yang melibatkan kegiatan mendidik,

memimpin, melindungi, serta memberikan disiplin hingga anak mencapai tingkat kematangan sosia

2. Program isi piringku melalui bekal makanan

Penerapan panduan gizi seimbang yang dicanangkan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia dalam bentuk penyusunan bekal makanan untuk anak usia dini yang dibawa dari rumah ke sekolah. Penerapan ini mencakup pemilihan dan penataan jenis makanan dengan proporsi yang ideal, yaitu setengah piring diisi oleh sayur dan buah, seperempat piring oleh makanan pokok (karbohidrat), dan seperempat piring oleh lauk pauk (protein dari sumber hewani maupun nabati), serta disertai asupan air putih yang cukup (Kemenkes RI, 2017). Salah satu cara untuk memenuhi kebutuhan gizi anak selama di sekolah adalah dengan memberi mereka makan siang. Karena anak-anak menghabiskan lebih banyak waktu di sekolah, penyediaan makan siang juga dapat mempengaruhi status gizi mereka selain sarapan dan makan malam. Jumlah energi yang dikonsumsi setiap hari dan bahan-bahan yang terkandung dalam makanan di sekolah dapat berdampak pada status gizi anak. Status gizi anak dapat dianggap normal jika bekal makanan yang dibawa dapat memenuhi kebutuhan energi hariannya (Anugraheni et al., 2019).