

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa anak usia dini merupakan suatu periode yang sangat peka terhadap lingkungan dan masa ini berlangsung sangat pendek. Periode ini disebut dengan masa keemasan (*the golden period*) perkembangan anak, jendela kesempatan dan masa kritis. Masa ini merupakan masa peka dan sensitive, masa pertumbuhan dan perkembangan yang cepat dan penting, memerlukan zat gizi yang cukup secara kualitas maupun kuantitasnya. Apabila pada periode tersebut mengalami gangguan dan kekurangan zat gizi mempunyai dampak yang serius. (Gutama, 2004)

Didalam proses pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti pemeliharaan kesehatan, gizi dan stimulasi psikososial. Anak harus dibesarkan dalam lingkungan dan rumah yang sehat, mendapat pelayanan kesehatan dasar (imunisasi), mendapatkan gizi yang cukup dan seimbang, sejak dini ditanamkan kebiasaan hidup bersih, sehat dalam pola pengasuhan dan stimulasi yang baik. Masa usia 3 – 6 tahun merupakan masa dimana anak tersebut memasuki usia prasekolah yang saat ini sering disebut dengan PAUD (Pendidikan Anak Usia Dini). (Ranuh, IG.N. 2005)

Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) adalah jenjang pendidikan sebelum jenjang pendidikan dasar yang merupakan suatu upaya pembinaan yang ditujukan bagi anak sejak lahir sampai dengan usia 6 tahun yang dilakukan melalui pemberian rangsangan

pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani agar anak memiliki kesiapan dalam memasuki pendidikan lebih lanjut,yang diselenggarakan pada jalur formal,non formal dan informal. Rentangan anak usia dini menurut pasal 28 UU Sisdiknas No.20/2003 ayat 1 adalah 0–6 tahun.Sementara menurut kajian rumpun keilmuan PAUD dan penyelenggaraannya di beberapa Negara, PAUD dilaksanakan sejak usia 0 – 8 tahun (Departemen Pendidikan Nasional 2003).

Kebutuhan zat gizi anak pada usia 2 – 5 tahun meningkat karena masih berada pada masa pertumbuhan cepat dan aktivitasnya semakin meningkat. Demikian juga anak sudah mempunyai pilihan terhadap terhadap makanan yang disukai termasuk makanan jajanan. Oleh karena itu jumlah dan variasi makanan harus mendapatkan perhatian secara khusus dari ibu atau pengasuh anak,terutama dalam memenangkan pilihan anak agar memilih makanan yang bergizi seimbang. (Kemkes RI, 2015).

Makanan yang dikonsumsi akan menentukan kualitas kehidupan dimasa yang akan datang. Makanan yang dikonsumsi beragam jenis dengan berbagai cara pengolahan.Seorang anak dapat memiliki kebiasaan makan dan selera makan, terbentuk dari kebiasaan dalam lingkungan keluarga maupun masyarakat. Menyusun hidangan untuk anak ,hal ini perlu diperhatikan kebutuhan zat gizinya agar dapat tumbuh dan berkembang dengan baik. Orang tua memiliki peran besar dan utama sebagai penggerak kesehatan anak usia dini, sebagai guru pertama, model peran, pemberi rasa aman dan sumber untuk mendapatkan kasih sayang dan pendidikan yang tulus, dan memberikan yang terbaik untuk anak. Oleh karena itu orangtua harus

memiliki pengetahuan tentang kesehatan dan pengetahuan akan pentingnya gizi seimbang untuk anak.

Mengonsumsi sayur dan buah merupakan salah satu syarat dalam memenuhi gizi seimbang. Sayur dan buah merupakan makanan yang harus selalu dikonsumsi setiap kali makan. Tidak hanya bagi orang dewasa, mengonsumsi sayur dan buah sangat penting untuk dikonsumsi sejak usia anak-anak. Indonesia merupakan Negara yang kaya akan sayur-sayuran dan buah-buahan, namun konsumsi sayur dan buah oleh masyarakat Indonesia masih relative rendah. (Kemkes RI, 2005).

Konsumsi sayur dan buah sangat penting dalam kehidupan sehari-hari karena berfungsi sebagai zat pengatur, yang mengandung zat gizi seperti vitamin dan mineral, sumber serat makanan, dan sebagai antioksidan. Membiasakan pola makan sehat pada anak prasekolah menjadi penting sebagai upaya untuk mencegah munculnya masalah-masalah kesehatan pada masa remaja, dewasa dan tua nanti. Pola yang paling optimal dibentuk sejak masa anak-anak akan memberikan dampak jangka panjang dan jangka pendek.

Saat ini konsumsi masyarakat terutama sayur dan buah masih kurang. Hasil penelitian Riskesdas 2013 menyebutkan di Indonesia sebanyak 93,5% penduduk usia >10 tahun mengonsumsi sayur dan buah di bawah anjuran. Hasil Penelitian Riskesdas (2013) di Provinsi Bali penduduk umur 10 tahun ke atas kurang mengonsumsi sayur dan buah sebesar 97,5%. Di kota Denpasar konsumsi buah dan sayur lima porsi atau lebih baru mencapai 0,5%. Sementara itu perilaku konsumsi

sayur dan buah pada kelompok usia 10–14 tahun baru sebesar 1,2%. Dalam mengkonsumsi sayur dan buah setiap hari mengikuti Pedoman Gizi Seimbang sesuai Permenkes No.41 Tahun 2014, sebanyak 3 – 4 porsi atau 300 – 400 gram sayur dan 2 – 3 porsi atau 200 – 300 gram buah setiap hari (Pedoman Gizi Seimbang, 2015).

Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) berfokus pada tiga aktivitas utama,yaitu : memeriksa kesehatan secara rutin, melakukan aktivitas fisik,dan mengkonsumsi sayur dan buah (Kemkes,2017). Guna mendukung GERMAS,Menteri Kesehatan RI mengajak masyarakat untuk mulai membiasakan diri mengkonsumsi sayur dan buah setiap hari. Peringatan Hari Gizi Nasional 2017 mengangkat tema Peningkatan Konsumsi Sayur dan Buah Nusantara Menuju Masyarakat Hidup Sehat dengan slogan Ayo Makan Sayur dan Buah Setiap Hari (Kemenkes RI, 2017)

Menurut Notoatmojo (2014) Pengetahuan dan sikap merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang. Sesuatu yang dia ketahui akan memotivasi orang tersebut untuk melakukan apa yang dia ketahui. Faktor yang mempengaruhi konsumsi sayur dan buah pada anak dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor,yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi preferensi makanan anak,pengaruh orangtua,pendapatan keluarga,dan ketersediaan sayur dan buah di keluarga. Faktor Eksternal meliputi pengaruh teman, pengaruh pesan media, pengetahuan gizi, pendidikan, pekerjaan, lingkungan sosial dan budaya,dan lingkungan.

Dari hasil SDIDTK (Stimulasi Deteksi Intervensi Dini Tumbuh Kembang) yang dilakukan oleh Puskesmas I Denpasar Utara di 21 Sekolah TK/PAUD pada bulan Agustus 2018 menunjukkan dari 1566 siswa TK/PAUD status gizi kurang 0,32% ,gizi baik 92,3% dan gizi lebih 7%. Pada anak usia pra sekolah (TK/PAUD) mengkonsumsi sayur dan buah-buahan sangat penting untuk pertumbuhan dan perkembangannya disamping untuk mencegah munculnya obesitas pada anak. Namun anak-anak kebanyakan tidak suka/tidak senang mengkonsumsi sayuran oleh karena rasa yang kurang enak, tidak menarik, orang tua sibuk sehingga cenderung di berikan makanan siap saji. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk meneliti hubungan pengetahuan serta sikap orang tua dengan ketersediaan dan konsumsi sayur dan buah terhadap asupan vitamin dan mineral serta status gizi anak TK/PAUD di Puskesmas I Denpasar Utara.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas,maka rumusan masalah dari penelitian adalah “Hubungan ketersediaan sayur dan buah dengan konsumsi berdasarkan pengetahuan dan sikap orang tua pada anak TK/PAUD di Wilayah Puskesmas 1 Denpasar Utara ?”

C. Tujuan Penelitian

1 . Tujuan umum

Untuk mengetahui hubungan ketersediaan sayur dan buah dengan konsumsi berdasarkan pengetahuan dan sikap orang tua pada anak TK/PAUD di Wilayah Puskesmas 1 Denpasar Utara.

2. Tujuan khusus

- a. Menilai tingkat pengetahuan orangtua tentang sayur dan buah .
- b. Menentukan sikap orang tua tentang sayur dan buah.
- c. Mengidentifikasi ketersediaan sayur dan buah .
- d. Mengetahui konsumsi sayur dan buah pada anak TK/PAUD
- e. Menganalisis hubungan pengetahuan dan sikap orang tua tentang pentingnya sayur dan buah
- f. Menganalisis hubungan pengetahuan dengan konsumsi sayur dan buah
- g. Menganalisis hubungan sikap orang tua dengan konsumsi sayur dan buah
- h. Menganalisis sikap orang tua dan ketersediaan sayur dan buah
- i. Menganalisis hubungan ketersediaan sayur dan buah dan konsumsi sayur dan buah pada anak TK/PAUD

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi semua pihak yang terlibat, khususnya bagi peneliti. Penelitian ini juga dapat diharapkan bermanfaat dari dua sisi, baik manfaat teoritis maupun manfaat praktis, kegunaan atau manfaat yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah :

1. Manfaat teoritis

Manfaat teoritis yang diharapkan dari penelitian ini adalah untuk memberikan informasi tentang hubungan ketersediaan sayur dan buah dengan konsumsi berdasarkan pengetahuan dan sikap orang tua pada anak TK/PAUD.

2 . Manfaat praktis

a. Bagi Orangtua

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan masukan kepada orang tua anak TK/PAUD dalam rangka mendukung dan melaksanakan GERMAS (Gerakan Masyarakat Hidup Sehat) dengan mengkonsumsi sayur dan buah.

b. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan dan acuan dalam menyajikan menu makanan yang sesuai dengan aturan pedoman gizi seimbang khususnya pada anak TK/PAUD

c. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini merupakan ide, pikiran dan gagasan untuk menambah wawasan dan pengetahuan dalam membiasakan mengkonsumsi sayur dan buah pada anakTK/PAUD