

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hasil analisis Riset kesehatan dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan adanya perbaikan status gizi pada balita di Indonesia. Proporsi status gizi sangat pendek dan pendek balita menurut provinsi tahun 2013-2018 turun dari 37,2% menjadi 30,8%. Proporsi status gizi buruk dan gizi kurang balita menurut provinsi turun dari 19,6% menjadi 17,7%. Proporsi status gizi kurus dan sangat kurus balita menurut provinsi turun dari 12,1% menjadi 10,2%. Demikian juga, proporsi status gizi gemuk pada balita menurut provinsi turun dari 11,8% menjadi 8%.

Secara global malnutrisi masih menjadi masalah kesehatan utama di seluruh dunia. Menurut hasil UNICEF-WHO prevalensi gizi kurang dan gizi buruk yang terjadi mencapai 30%. Prevalensi gizi kurang di dunia pada anak dengan umur dibawah lima tahun dari tahun 2010-2012 masih terbilang tinggi yaitu 15%, namun sudah mengalami penurunan dari 25%. Prevalensi malnutrisi tidak hanya meningkat di negara maju tetapi juga di negara berkembang. Pada tahun 2014 terdapat 2-3 juta orang yang mengalami malnutrisi disetiap negara, walaupun malnutrisi tidak secara langsung menyebabkan kematian pada anak, namun malnutrisi dihubungkan dengan penyebab dari 54% kematian pada anak-anak di Negara berkembang pada tahun 2001. Selain gizi kurang, diperkirakan 44 juta (6,7%) anak dibawah umur lima tahun mengalami gizi lebih dan jumlah ini terus meningkat tiap tahunnya.

Pertumbuhan manusia baik dari segi fisik, mental maupun intelektual bisa ditentukan oleh pertumbuhan saat masih anak-anak. Masa kanak-kanak atau yang dikenal sebagai masa prasekolah yaitu anak yang rentang usia 3-6 tahun. Anak usia pra sekolah merupakan periode pertumbuhan dan perkembangan yang pesat. Oleh karena itu

kelompok usia prasekolah perlu mendapatkan perhatian, sebab masa anak ini adalah saat-saat proses untuk tumbuh kembang anak saat dewasa nanti. Jadi termasuk gizinya pun harus diberikan yang baik pula demi masa depannya nanti, karena gizi sangat mempengaruhi proses tumbuh kembang pada anak, memelihara kesehatan umum, mendukung aktivitas sehari-hari, dan melindungi tubuh terhadap penyakit **Error! Reference source not found.**

Gizi anak sampai saat ini masih menjadi masalah nasional dan internasional yang diprioritaskan. Permasalahan gizi pada balita dan terutama pada anak prasekolah di Indonesia merupakan masalah ganda, yaitu masih ditemukannya masalah gizi kurang dan gizi lebih diantaranya adalah defisiensi zat gizi besi, kekurangan energi protein (KEP), gangguan akibat kekurangan yodium (GAKY), kekurangan vitamin A (KVA) dan Obesitas **Error! Reference source not found.** Kekurangan gizi pada anak pra sekolah akan menimbulkan 12 gangguan pertumbuhan dan perkembangan yang apabila tidak diatasi secara dini dapat berlanjut hingga dewasa, sehingga tidak mampu tumbuh dan berkembang secara optimal. Sehingga diperlukan upaya serius dan strategi perbaikan status gizi **Error! Reference source not found.**

Menurut *American Paediatrics Association*, menekankan pentingnya aktivitas fisik dan gerakan untuk anak-anak dari segala usia, termasuk anak-anak dengan perkembangan khusus. Asosiasi Nasional untuk Olahraga dan Pendidikan Jasmani merekomendasikan agar anak-anak berusia 3-5 tahun harus memiliki aktivitas fisik terstruktur harian. Latihan khas, yang disebut latihan pertumbuhan linier di kalangan remaja terbukti bermanfaat meningkatkan pertumbuhan linier. Namun, hingga kini tidak ada studi yang melakukan keberhasilan latihan pertumbuhan linear di antara anak - anak berusia 3-5 tahun. Selain itu, manfaat lain dari latihan fisik terstruktur untuk anak-anak adalah mencegah anak-anak dari obesitas, meningkatkan kebugaran aerobik, meningkatkan kepadatan tulang dan menurunkan risiko kardiovaskular.

Saat ini tidak ada kebijakan dan program khusus dari Pemerintah Indonesia untuk mengontrol keterbelakangan pertumbuhan linear setelah berumur dua tahun, sebenarnya fokus program yang ada gizi dan kesehatan untuk 1000 hari pertama kehidupan atau Gerakan SUN **Error! Reference source not found..**

Berdasarkan hasil penelitian Silva *et al* (2013), yang berjudul mengevaluasi status gizi, bakat dan aktivitas fisik pada awal dan akhir dari pendidikan gizi dan program intervensi aktivitas fisik dibandingkan dengan kelompok kontrol. Penelitian ini dilakukan selama 28 minggu eksperimen semu dengan waktu pendidikan gizi & aktivitas fisik selama 50 menit seminggu sekali menunjukkan bahwa peningkatan status gizi terjadi pada 26,2% dari kelompok intervensi dibandingkan 10,4% dari kelompok kontrol, dalam kelompok intervensi menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam jumlah aktivitas fisik sedang atau kuat. Hasil penelitian lain S.Xiong *et al* (2017), meneliti efek dari program aktivitas fisik terstruktur pada fungsi eksekutif anak-anak prasekolah dan kompetensi fisik yang dirasakan dibandingkan dengan istirahat tradisional. Program aktifitas fisik dilakukan selama 3 bulan dengan waktu 30 menit. studi ini menunjukkan bahwa kelompok intervensi mengalami peningkatan secara signifikan lebih besar dalam fungsi eksekutif, namun tidak ada peningkatan yang lebih besar dalam kompetensi fisik yang dirasakan dibandingkan dengan kelompok kontrol.

Pengetahuan ibu tentang gizi seimbang sangatlah penting, mengingat peranan ibu dalam keluarga sebagai pengelola makanan dan ibu menentukan semua yang dimakan anak-anak. Ibu yang memiliki pengetahuan gizi yang baik akan membentuk perilaku gizi seimbang yang baik untuk anak-anak. Perilaku tersebut akan mempengaruhi asupan gizi dan status gizi anak **Error! Reference source not found..** Agar tubuh tetap sehat dan terhindar dari berbagai penyakit kronis atau penyakit tidak menular (PTM) terkait gizi, maka pola makan masyarakat perlu diarahkan ke konsumsi gizi seimbang. Upaya yang

dilakukan dalam memantau status gizi dengan mengatur pola makan yang baik Error! Reference source not found.. Berdasarkan hasil penelitian di beberapa daerah, menunjukkan bahwa pengetahuan orang tua berpengaruh terhadap status gizi anak. Semakin tinggi pengetahuan ibu semakin baik pula status gizi anaknya. Pendidikan gizi balita berpengaruh terhadap pengetahuan ibu (Rista, 2017; In'am,2016; Noor,2018).

Pendidikan gizi memainkan peranan sangat penting dalam membawa kesadaran yang lebih besar dari nilai gizi untuk mengadopsi gaya hidup sehat dan diberikan sedini mungkin, sebaiknya selama periode prasekolah **Error! Reference source not found.** Selain keluarga, sekolah juga harus bertugas dengan tanggung jawab mendidik anak-anak tentang gizi dalam rangka untuk menciptakan kesadaran di dalamnya tentang masalah ini. Ini akan membantu anak-anak untuk tidak hanya meningkatkan kesehatan fisik mereka, tetapi juga meningkatkan kadar mereka prestasi di sekolah. Hasil menunjukkan bahwa melalui penyediaan pendidikan gizi, individu dapat memajukan pengetahuan dan praktek gizi mereka dan dengan demikian meningkatkan status gizi mereka (Kilaru *et al*, 2005).

Berdasarkan hasil penelitian Siti Khodijah (2016), Pendidikan gizi merupakan upaya preventif dalam menghadapi berbagai masalah terkait gizi. Peru berhasil menurunkan angka kejadian stunting-nya selama tiga tahun (2000-2004) dari 54% menjadi 37% melalui media pendidikan gizi, sedangkan Amerika Serikat berhasil menekan angka kejadian obesitas selama 10 tahun terakhir dan mampu menekan biaya kesehatan yang diakibatkan obesitas hingga 12 triliun rupiah melalui pendidikan gizi salah satunya program makan di sekolah (*School Meal Programe*). Selain pendidikan gizi pentingnya aktivitas fisik untuk anak-anak juga berpengaruh terhadap status gizi anak (Adriyana,2013).

Pendidikan merupakan upaya manusia untuk mendapatkan pengalaman berupa penambahan pengetahuan. Pendidikan dapat mempengaruhi seseorang termasuk juga perilaku seseorang akan pola

hidup terutama dalam memotivasi untuk sikap berperan serta dalam pembangunan. Menanamkan pengetahuan gizi pada anak dapat dilakukan di sekolah, dengan media yang beraneka ragam. Salah satu media pembelajaran yang dapat dilakukan di sekolah anak usia dini adalah media audio visual berupa video. Video merupakan salah satu media pembelajaran yang dapat digunakan pada lembaga pendidikan anak usia dini. Gambar dan suara yang muncul pada video yang menampilkan tayangan cerita dengan durasi yang singkat diharapkan mampu membuat anak tidak cepat bosan, sekaligus merangsang minat mereka untuk belajar dan antusias terhadap cerita yang ditayangkan.

Penggunaan media dalam proses pembelajaran mampu mempermudah guru dalam menyampaikan materi, terlebih pada anak usia dini. Media pembelajaran yang menarik dapat meningkatkan rasa ingin tahu anak-anak terhadap isi dari media tersebut **Error! Reference source not found..** Penggunaan multimedia dalam kegiatan pembelajaran mampu meningkatkan pengetahuan gizi pada anak-anak **Error! Reference source not found..**

Selain itu, penggunaan media video dalam proses pembelajaran juga merupakan salah satu upaya penerapan ICT (*Information, Communication and Technology*) **Error! Reference source not found..** Melihat dari keadaan di lapangan, yakni pada lembaga pendidikan TK Islam Kinasih Tangerang yang akan menjadi kelompok eksperimen belum pernah mendapatkan teknologi ke dalam kegiatan pembelajaran, juga materi pendidikan gizi yang masih belum maksimal. Oleh karena itu penulis tertarik dalam penelitian ini mengambil judul tentang “Pengaruh program edukasi gizi dan aktivitas fisik terhadap status gizi dan pengetahuan anak prasekolah di TK Kinasih Tangerang dan TK Wibowo Tangerang Selatan tahun 2020”.

1.2 Identifikasi Masalah

Kekurangan atau kelebihan gizi dapat menimbulkan gangguan pertumbuhan dan perkembangan yang apabila tidak diatasi secara dini

dapat berlanjut hingga dewasa, sehingga tidak mampu tumbuh dan berkembang secara optimal. Sehingga diperlukan upaya serius dan strategi perbaikan status gizi. Saat ini tidak ada kebijakan dan program khusus dari Pemerintah Indonesia untuk mengontrol keterbelakangan pertumbuhan linear setelah berumur dua tahun, sebenarnya fokus program yang ada gizi dan kesehatan untuk 1000 hari pertama kehidupan (Gerakan SUN).

Pendidikan gizi sangat memainkan peranan penting dalam membawa kesadaran masyarakat akan nilai gizi. Selain keluarga, sekolah juga harus bertugas dengan tanggung jawab mendidik anak-anak tentang gizi dalam rangka untuk menciptakan kesadaran di dalamnya tentang masalah ini.

Maka dari itu, untuk mengatasi keterbelakangan status gizi dan pengetahuan pada anak usia prasekolah. Upaya yang dapat dilakukan salah satunya adalah membuat inovasi program edukasi gizi dan aktivitas fisik terhadap perubahan status gizi dan pengetahuan anak prasekolah. Dengan harapan, program edukasi gizi dan aktivitas fisik dapat memberikan hasil yang efektif.

1.3 Pembatasan Masalah

Terdapat banyak faktor yang berhubungan dengan status gizi dan pengetahuan anak prasekolah, namun agar tidak meluasnya variabel dalam penelitian, dan dapat mencapai sasaran yang diharapkan maka peneliti hanya membatasi masalah penelitian dengan meneliti variabel pengetahuan dan status gizi sebagai variabel dependen, sedangkan program edukasi gizi seimbang dan aktivitas fisik sebagai variabel independen.

1.4 Perumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah yang didapat maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah: “Apakah ada pengaruh program

edukasi gizi dan aktivitas fisik terhadap perubahan pengetahuan dan status gizi anak pra sekolah di TK Islam Kinasih Tangerang dan TK Wibowo Tangerang Selatan?”.

1.5 Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui Pengaruh Program Edukasi Gizi dan Aktifitas Fisik Terhadap Perubahan Pengetahuan dan Status Gizi Anak Prasekolah di TK Islam Kinasih Tangerang dan TK Wibowo Tangerang Selatan

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin, usia anak, serta karakteristik keluarga responden seperti pendidikan dan pekerjaan ibu anak prasekolah di TK Islam Kinasih Tangerang dan TK Wibowo Tangerang Selatan
- b. Mengidentifikasi karakteristik status gizi anak prasekolah di TK Islam Kinasih Tangerang dan TK Wibowo Tangerang Selatan
- c. Mengidentifikasi skor pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan program edukasi gizi dan aktivitas fisik di TK Islam Kinasih Tangerang dan TK Wibowo Tangerang Selatan
- d. Menganalisis pengaruh status gizi anak sebelum dan sesudah diberikan program edukasi gizi dan aktivitas fisik di TK Islam Kinasih Tangerang dan TK Wibowo Tangerang Selatan
- e. Menganalisis pengaruh pengetahuan anak sebelum dan sesudah diberikan program edukasi gizi dan aktivitas fisik di TK Islam Kinasih Tangerang dan TK Wibowo Tangerang Selatan
- f. Menganalisis perbedaan status gizi anak antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol di TK Islam Kinasih Tangerang dan TK Wibowo Tangerang Selatan

- g. Menganalisis perbedaan pengetahuan anak antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol di TK Islam Kinasih Tangerang dan TK Wibowo Tangerang Selatan

1.6 Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai pengalaman yang dapat menambah pengetahuan dan wawasan tentang pengaruh program edukasi gizi seimbang dan aktifitas fisik terhadap perubahan status gizi dan pengetahuan anak pra sekolah di TK Islam Kinasih dan TK Wibowo.

2. Bagi Pihak Sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat memberi masukan demi perbaikan status gizi anak dan dapat diterapkan program tersebut sehingga menjadi lebih baik lagi dalam upaya meningkatkan gizi dan pengetahuan anak didiknya.

3. Bagi Prodi Gizi Esa Unggul

Bagi program studi Gizi Esa Unggul, penelitian ini diharapkan dapat memperkaya penelitian yang telah dilakukan dan dapat menjadi bahan pustaka bagi penelitian selanjutnya, serta dapat memberikan informasi dan wawasan mengenai pengaruh program edukasi gizi seimbang dan aktifitas fisik terhadap perubahan pengetahuan dan status gizi anak pra sekolah.

4. Bagi Responden

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai pengetahuan tambahan, menambah wawasan mengenai pengetahuan gizi dan anak-anak juga mengetahui manfaat edukasi dan aktivitas fisik yang berguna bagi kesehatan tubuh mereka.

1.7 Keterbaruan Penelitian

Tabel 1

No	Penulis	Judul	Desain Penelitian	Analisis data	Hasil
1.	Silva <i>et al</i> (2016)	Efektivitas program pendidikan aktivitas dan gizi fisik dalam pencegahan kelebihan berat badan di sekolah di Criciu'ma, Brasil	<i>Quasi experimental</i>		Peningkatan status gizi terjadi pada 26,2% dari IG dibandingkan 10,4% dari CG (P =0.014). IG menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam jumlah aktivitas fisik sedang atau kuat (P = 0,012), sedangkan pada kelompok kontrol kenaikan itu tidak signifikan (P = 0.810).
2.	Siti Khodijah (2016)	Program Pendidikan Gizi pada Orang Tua untuk Membangun Pola Makan Sehat Anak Usia Dini (Penelitian Tindakan Kolaboratif di PAUD Kenanga Kota	Kulatifatif		Program pendidikan gizi dirancang oleh peneliti, guru dan orang tua. Penelitian ini menghasilkan program yang sesuai dengan kondisi di PAUD Kenanga. Program untuk orang tua dengan fokus pada penguatan dan

		Bandung)			penambahan wawasan ibu tentang pola makan sehat, upaya membentuk pola yang sehat untuk anak, kiat-kiat memotivasi anak yang susah makan, praktek menyusun menu yang baik, memilih dan menyiapkan camilan sehat, merencanakan apa yang akan anak makan dalam satu hari, memilih jajanan sehat dan kiat membatasi jajanan anak.
3.	Emy Yuliantini, Kusdalina, Andhika Putri Yuliani (2015)	Hubungan Pemahaman Ibu Tentang Pesan Gizi Seimbang Dengan Status Gizi Anak Prasekolah Di Tk IT Auladuna Kota Bengkulu	<i>Cross Sectional</i>	<i>Chi-Square</i>	Hasil bahwa hanya pengetahuan tentang tumpeng gizi seimbang ada hubungan nyata dengan status gizi ($p < 0,05$), namun tidak pada pengetahuan tentang piring makanku. Pengetahuan tentang gizi seimbang perlu ditingkatkan pada semua kelompok masyarakat khususnya pada ibu yang

					mempunyai anak prasekolah.
4.	Rista Nur Fadila (2017)	Hubungan Pengetahuan Dan Perilaku Ibu Tentang Gizi Seimbang Dengan Status Gizi Anak Tk Di Desa Yosowilangun Lor Kabupaten Lumajang	<i>Cross Sectional</i>	<i>Somers'd</i>	Adanya hubungan pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan status gizi anak TK di Desa Yosowilangun Lor Kabupaten Lumajang (p=0,000).
5.	Hasnah M.Noor (2018)	Pengaruh Pendidikan Gizi Terhadap Pengetahuan Ibu Balita Usia 24 - 48 Bulan Di Wilayah Puskesmas Tanete Kabupaten Bulukumba	<i>Quasi Experimental</i>	Uji Wilcoxon	Ada pengaruh secara signifikan Pendidikan Gizi Balita terhadap pengetahuan ibu dengan p.value 0,000 $\alpha=0,05$.
6.	Siti Sukaesih (2018)	Pengaruh Pemberian Media Animasi Kartun Terhadap Perubahan Pengetahuan Dan Sikap Gizi Seimbang Pada Siswa Tk Islam Nur Habib Kecamatan Karawaci Tangerang	<i>Quasi Experimental</i>	Uji t-test dependen	Adanya hubungan bermakna pemberian media animasi terhadap perubahan pengetahuan (p=0,0001).