BAB I
PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Tumbuh kembang mencangkup dua aspek yang berbeda tetapi saling berkesinambungan. Karateristik anak yang baik bisa tercapai dengan memastikan proses tumbuh kembang anak juga baik. Pertumbuhan menunjukkan perubahan yang bersifat kuantitatif sedangkan perkembangan merupakan metamorfosis dan meningkatnya kemampuan secara berangsur-angsur (Handayani, 2017).

Berdasarkan data di dunia terdapat jutaan anak selalu mengalami permasalahan di perkembangan, data UNICEF tahun 2013 menyebutkan 27,5% atau setara tiga juta anak mengalamai keterlambatan perkembangan. Menurut WHO tahun 2016, terdapat 162 juta anak yang mengalami stunting, dan 100 juta balita mengalami gizi kurang. Kemenkes RI 2018 melaporkan sebanyak 38,6% anak mengalami *Delayed Development* dan 24,6% anak mengalami *Global Delayed Development*, serta mengalami penyimpangan pertumbuhan. Penyimpangan ini ditandai dengan 17,5% anak mengalami gizi kurang, 12,3% anak *Microcephal,* dan 12,3% tidak mengalami kenaikan berat badan dalam beberapa bulan terakhir. Berdasarkan data Rikesdas 2018 prevalensi anak yang mengalami gizi kurang meningkat menjadi 12,1%. Sementara anak yang mengalami obesitas mengalami peningkatan pada tahun 2018 menjadi 11,8%.

Proses pertumbuhan dan perkembangan pada anak dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya yaitu faktor nutrisi. Nutrisi yang tidak terpenuhi dengan baik akan menghambat pertumbuhan dan perkembangan anak serta menyebabkan berbagai masalah kesehatan terkait gizi. Sekecil apapun gangguan pertumbuhan dan perkembangan pada anak apabila tidak terdeteksi dan tidak diketahui lebih cepat akan sangat berpengaruh pada perkembangan anak selanjutnya, karena perkembangan anak memiliki rangkaian tahapan yang berurutan. (Lopes, 2018)

Allah berfirman : *“Hai manusia, jika kamu dalam keraguan tentang kebangkitan (dari kubur), maka (ketahuilah) sesungguhnya kami telah menjadikan kamu dari tanah, kemudian dari setetes mani, kemudian dari segumpal darah, kemudian dari segumpal daging yang sempurna kejadiannya dan yang tidak sempurna, agar kami jelaskan kepada kamu dan kami tetapkan dalam rahim, apa yang kami kehendaki sampai waktu yang sudah ditentukan, kemudian kami keluarkan kamu sebagai bayi, kemudian (dengan berangsur-angsur) kamu sampailah kepada kedewasaan, dan diantara kamu ada yang diwafatkan dan (adapula) diantara kamu yang dipanjangkan umurnya sampai pikun, supaya tidak mengetahui lagi sesuatupun yang dahulunya telah diketahuinya.”* (QS AL-Hajj : 05)

Hasil hubungan dari faktor keturunan dan lingkungan dimana anak sebelum dilahirkan dan setelah anak itu lahir hal ini disebut dengan tumbuh kembang.Kualitas tumbuh kembang anak dapat ditingkatkan dengan berbagai usaha baik yang dilakukan oleh orang tua, masyarakat maupun oleh pemerintah.Berbagai faktor genetik maupun lingkungan yang mempengaruhi tumbuh kembang anak sejak prenatal, perinatal, dan postnatal.(Wahyuningsih, 2017).

Pada umumnya anak usia pra sekolah mendapat asupan makanan secara dijatah atau diambilkan oleh ibunya dan tidak memilih serta mengambil sendiri makanan yang disukainya. Pada usia ini, anak beralih dari diet yang mengandalkan susu untuk memenuhi kebutuhan nutrisi dan 50% kandungan energinya berasal dari lemak menuju diet yang sesuai dengan pedoman pola makan sehat. Oleh karena itu pemerintah telah merancang dan melaksanakan program untuk menanggulangi masalah gizi pada anak.Adapun program-program tersebut diantaranya Keluarga Sadar Gizi (KADARZI), Pemberian Makanan Tamabahan (PMT), dan Bina Kleuarga Balita (BKB).

Berdasarkan penelitian Zeny Fatmawaty (2018), dengan kebiasaan makan yang baik maka kecukupan nutrisi pada anak akan terpenuhi dan tidak akan akan mengganggu pertumbuhan serta perkembangan pada anak usia 3-5 tahun. Menurut Husna (2015), membahas tentang hubungan pola makan dan stimulasi dengan perkembangan anak usia balita didapatkan bahwa terdapat hubungan antara pola makan dan stimulasi dengan perkembangan anak usia balita karena pola asuh dan

pola makan serta pemberian stimulus dengan baik yang diberikan oleh orang tua akan mempengarihu proses tumbuh kembang anak.

Pola makan yang optimal akan menjadikan anak tumbuh dan berkembang menjadikan anak yang luar biasa. Untuk menunjang aktivitas anak diperlukan makanan ynag menjadi sumber energi untuk proses pertumbuhan anak. Untuk memperkuat daya tahan tubuh anak usia 3-5 tahun, diperlukan zat-zat gizi guna menunjang tumbuh kembang anak. Zat-zat gizi yang diperlukan diantaranya yaitu protein yang dapat diperolah dari telur, ayam, daging,kacang-kacangan tahun dan tempe, untuk perlindung alamiah tubuh maka diperlukan vitamin A,C dan E, vitamin B kompleks dan asam lemak esensial yang terdapat pada minyak ikan dan kacang-kacangan serta mineral (Hakim, 2016).

Berdasarkan observasi beberapa literatur, pertumbuhan dan perkembangan anak usia 3-5 tahun kecukupan nutrisi yang tepat sangat mempengaruhi. Pada masa pertumbuhan dan perkembangan pada anak kemungkinan pemberian asupan makanan dapat dilaksanakan secara tidak tepat. Maka dari itu peneliti tertarik melakukan penelitian tentang hubungan pola makan terhadap tumbuh kembang anak usia 3-5 tahun.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan dari latar belakang dapat diambil masalah sebagai berikut :

1. Berdasarkan data di dunia terdapat jutaan anak selalu mengalami permasalahan di perkembangan, data UNICEF tahun 2013 menyebutkan 27,5% atau setara tiga juta anak mengalamai keterlambatan perkembangan. Menurut WHO tahun 2016, terdapat 162 juta anak yang mengalami stunting, dan 100 juta balita mengalami gizi buruk.
2. Kemenkes RI 2018 melaporkan sebanyak 38,6% anak mengalami *Delayed Development* dan 24,6% anak mengalami *Global Delayed Development*, serta mengalami penyimpangan pertumbuhan. Penyimpangan ini ditandai dengan 17,5% anak mengalami gizi kurang, 12,3% anak *Microcephal,* dan 12,3% tidak mengalami kenaikan berat badan dalam beberapa bulan terakhir.
3. Pada anak usia pra sekolah pertumbuhan dan perkembangannya tergantung pada kecukupan nutrisi yang diberikan dengan baik dan benar.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang tersebut penulis tertarik untuk mengetahui bagaimana hubungan pola makan terhadap tumbuh kembang anak usia 3-5 tahun.

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan umum

Untuk menganalisis hubungan pola makan terhadap tumbuh kembang anak usia 3-5 tahun.

1.4.2 Tujuan khusus

1. Untuk mengidentifikasi pola makan pada anak usia 3-5 tahun
2. Untuk mengidentifikasi tumbuh kembang anak usia 3-5 tahun
3. Untuk menganalisis hubungan pola makan terhadap tumbuh kembang anak usia 3-5 tahun.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat teoritis

Dengan mengkonsumsi dan memberikan makanan yang sehat sejak dini pada anak akan memberikan manfaat besar bagi tumbuh kembang anak sekarang dan masa depannya. Pemberian gizi yang baik akan mendukung tumbuh kembang anak sesuai dengan usianya

1.5.2 Manfaat praktis

1. Bagi Institusi

Dapat menambah bacaan, referensi dalam proses pembelajaran dan digunakan sebagai data peneliti selanjutnya.

2. Bagi Orang Tua Balita

Untuk lebih meningkatkan pengetahuan mengenai pentingnya kebutuhan nutrisi bagi tumbuh kembang anak.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Dapat menambah pengetahuan, memperluas wawasan dan menjadikan sebagai kerangka berfikir dalam menambah referensi terkait hubungan pola makan terhadap tumbuh kembang anak usia 3-5 tahun.