

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Semua anak mengalami proses pertumbuhan dan perkembangan serta akan melalui fase *golden age* atau periode emas, yaitu masa kritis ketika pertumbuhan fisik dan perkembangan berlangsung sangat pesat dan saling berkaitan. Tahap pertumbuhan anak dapat dipantau melalui parameter antropometri seperti berat badan dan tinggi badan yang digambarkan dalam grafik pertumbuhan anak. Pada fase ini pertumbuhan juga beriringan dengan perkembangan motorik, emosional, kognitif, psikososial, hingga spiritual (Lubis et al., 2024). Namun periode golden age khususnya pada anak usia 2–5 tahun tetap merupakan fase yang rentan mengalami gangguan pertumbuhan linear. Gangguan tersebut dapat dinilai melalui indikator tinggi badan menurut umur (TB/U) salah satunya berupa kondisi stunting yang menggambarkan hambatan pertumbuhan kronis. Salah satu bentuk gangguan pertumbuhan tersebut adalah stunting. Salah satu faktor penting yang mempengaruhi pertumbuhan anak adalah kualitas makan yang dapat dinilai melalui kesesuaian pola konsumsi dengan pedoman gizi seimbang Isi Piringku yang meliputi kecukupan dan proporsi makanan pokok, lauk pauk, sayur, dan buah. Kualitas makan yang tidak sesuai dengan prinsip gizi seimbang seperti rendahnya konsumsi protein hewani, sayuran, dan buah-buahan dapat menyebabkan ketidakcukupan zat

gizi yang diperlukan tubuh sehingga berisiko menghambat pertumbuhan anak secara optimal.

Pertumbuhan anak dapat dinilai menggunakan berbagai indikator antropometri salah satunya tinggi badan menurut umur (TB/U). Indikator TB/U digunakan untuk menilai pertumbuhan anak serta menggambarkan status gizi dalam jangka panjang. Menurut World Health Organization (WHO) indikator TB/U merupakan indikator yang direkomendasikan untuk mengidentifikasi gangguan pertumbuhan yang terjadi akibat kekurangan gizi kronis termasuk stunting. Dibandingkan dengan indikator berat badan yang lebih sensitif terhadap perubahan asupan makanan dan kondisi kesehatan dalam jangka pendek sedangkan tinggi badan mencerminkan akumulasi proses pertumbuhan yang berlangsung dalam periode waktu yang lebih panjang (WHO 2008, WHO 2024).

Stunting merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang masih menjadi perhatian di Indonesia terutama pada anak di bawah usia lima tahun. Berdasarkan hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2024 prevalensi balita stunting di Indonesia sebesar 19,8% angka tersebut mengalami penurunan dibandingkan tahun sebelumnya yaitu sebesar 21,5%. Demikian pula pada Provinsi Jawa Timur prevalensi balita stunting menurut SSGI tahun 2024 sebesar 14,7% yang menurun dibandingkan tahun sebelumnya sebesar 17,7% namun angka tersebut masih menjadi perhatian karena pemerintah Provinsi Jawa Timur menargetkan tercapainya zero stunting. Sementara itu berdasarkan Profil Kesehatan Kota Malang,

persentase stunting pada tahun 2023 sebesar 17,3% dan mengalami peningkatan pada tahun 2024 menjadi 22,8%. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di PAUD Anggrek Kecamatan Lowokwaru Kota Malang terdapat persentase anak yang mengalami stunting yaitu 3,03% sehingga diperlukan perhatian terhadap faktor yang dapat mempengaruhi pertumbuhan anak salah satunya adalah kualitas makan.

Kualitas makan anak usia prasekolah masih menjadi perhatian karena pada rentang usia 2–5 tahun anak mulai memiliki preferensi terhadap makanan dan sering menunjukkan perilaku memilih makanan seperti menolak jenis makanan tertentu terutama sayur dan buah. Penelitian Taylor et al. (2020) menunjukkan bahwa perilaku memilih makanan pada anak usia prasekolah berhubungan dengan keterbatasan variasi makanan serta rendahnya konsumsi beberapa kelompok pangan penting seperti sayur dan buah. Kondisi tersebut dapat menyebabkan keragaman konsumsi makanan menjadi terbatas sehingga kebutuhan zat gizi makro maupun mikro tidak terpenuhi secara optimal. Padahal zat gizi seperti energi, protein, kalsium, zinc, zat besi serta berbagai vitamin memiliki peran penting dalam pembentukan jaringan tubuh, proses metabolisme, dan pertumbuhan linear anak. Kekurangan asupan zat gizi dalam jangka panjang dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan yang ditandai dengan tinggi badan yang tidak sesuai dengan umur atau stunting.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa kualitas makan yang baik berhubungan dengan status kesehatan dan pertumbuhan anak. Pola

konsumsi yang beragam dan seimbang dapat membantu memenuhi kebutuhan energi, protein, serta zat gizi mikro yang diperlukan dalam proses pertumbuhan. Sebaliknya pola makan yang kurang beragam dan rendah konsumsi sumber protein, sayur, serta buah dapat meningkatkan risiko terjadinya gangguan pertumbuhan. Oleh karena itu peran orang tua dalam menyiapkan makanan yang seimbang sangat penting karena berpengaruh langsung terhadap pemenuhan kebutuhan gizi dan pertumbuhan anak (Intan Fazrin et al., 2022).

Sebagai upaya meningkatkan penerapan gizi seimbang dalam masyarakat Kementerian Kesehatan Republik Indonesia mengembangkan panduan visual isi piringku sebagai implementasi dari pedoman gizi seimbang yang tercantum dalam peraturan menteri kesehatan republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014. Pedoman Isi Piringku memberikan gambaran mengenai jenis dan proporsi makanan yang dianjurkan dalam setiap kali makan, yaitu makanan pokok, lauk pauk, sayur, dan buah dengan jumlah yang seimbang. Penerapan pedoman tersebut diharapkan dapat membantu memenuhi kebutuhan zat gizi anak sehingga mendukung pertumbuhan yang optimal.

Berdasarkan uraian di atas dapat diketahui bahwa kualitas makan berdasarkan pedoman Isi Piringku memiliki peranan penting dalam pemenuhan kebutuhan gizi yang mendukung pertumbuhan anak usia 2–5 tahun. Masih ditemukannya kejadian stunting di Kota Malang dan berdasarkan studi pendahuluan di PAUD Anggrek Kecamatan Lowokwaru

Kota Malang menunjukkan perlunya dilakukan penelitian terkait faktor yang mempengaruhi pertumbuhan anak. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul Hubungan Kualitas Makan Berdasarkan Isi Piringku dengan Pertumbuhan Anak Usia 2–5 Tahun di PAUD Anggrek Kecamatan Lowokwaru Kota Malang.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Apakah terdapat hubungan antara kualitas makan berdasarkan isi piringku dengan pertumbuhan anak usia 2-5 tahun di PAUD Anggrek Kecamatan Lowokwaru Kota Malang?

## **1.2 Tujuan**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Untuk mengetahui hubungan kualitas makan berdasarkan isi piringku dengan pertumbuhan anak usia 2-5 tahun di PAUD Anggrek Kecamatan Lowokwaru Kota Malang.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Mengidentifikasi kualitas makan anak usia 2-5 tahun berdasarkan isi piringku DI PAUD Anggrek Kecamatan Lowokwaru Kota Malang
2. Mengidentifikasi pertumbuhan anak usia 2-5 tahun DI PAUD Anggrek Kecamatan Lowokwaru Kota Malang

3. Menganalisis hubungan kualitas makan berdasarkan isi piringku dengan pertumbuhan anak usia 2-5 tahun DI PAUD Anggrek Kecamatan Lowokwaru Kota Malang

### **1.3 Manfaat Penelitian**

#### **1.3.1 Manfaat Teoritis**

Melalui penelitian ini peneliti dapat menerapkan dan memanfaatkan ilmu tentang kualitas makan dan isi piringku terhadap pertumbuhan anak usia 2-5 tahun yang didapat selama pendidikan dan menambah pengetahuan serta pengalaman dalam membuat penelitian ilmiah.

#### **1.4.2 Manfaat Praktis**

1. Bagi institusi pendidikan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi data awal dalam mengembangkan keilmuan dan teknologi kesehatan untuk penatalaksanaan tentang kualitas makan dan isi piringku pada ibu balita.

2. Bagi lahan penelitian

Memberikan data hasil monitoring untuk selanjutnya dapat digunakan sebagai dasar dalam hal pemantauan kualitas makan dan isi piringku di PAUD Bungur

3. Bagi peneliti yang akan datang

Diharapkan dari hasil penelitian ini dapat menjadi referensi dan bermanfaat serta dapat dikembangkan bagi para peneliti yang akan datang

#### 4. Bagi responden

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran ibu terhadap pentingnya kualitas makan berdasarkan isi piringku pada anak usia 2-5 tahun sehingga pertumbuhan anak sesuai dengan usianya