

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 LATAR BELAKANG

Sarapan merupakan kegiatan yang harus dilakukan sebelum memulai aktivitas fisik di pagi hari (Marwani, 2017), yang merupakan bagian dari perilaku untuk mewujudkan gizi seimbang yang penting untuk mewujudkan hidup sehat, aktif, dan cerdas (Meriska, 2014). Biasanya sarapan dilakukan sebelum mengawali kegiatan sehari-hari, yakni dalam waktu dua jam setelah bangun tidur, tidak lewat dari jam 10.00 sehingga dapat memberikan asupan kalori sekitar 20-35% dari total kebutuhan energi harian (Briawan, 2013). Pada anak usia prasekolah sangatlah penting melakukan sarapan, sebab usia ini ialah pertumbuhan dasar yang akan menentukan dan mempengaruhi perkembangan anak untuk selanjutnya (Septiani, 2016). Sehingga apabila anak tidak melakukan sarapan dengan baik dan benar maka akan mempengaruhi tumbuh dan kembang anak. Sarapan sendiri merupakan pasokan energi untuk otak yang paling baik sehingga ketika anak melakukan sarapan anak akan dapat berkonsentrasi dengan baik di sekolah. Namun masih banyak anak yang tidak melakukan sarapan yang disebabkan oleh beberapa factor, salah satunya sebab mereka lebih memilih mengkonsumsi jajanan diluar rumah yang kualitas gizinya belum terjamin.

Survei di lima kota besar menunjukkan, 17% orang dewasa tidak sarapan, dan 13% tidak sarapan setiap hari. Angka tidak sarapan pada anak-anak bervariasi dari 17% di Jakarta, hingga 59% di Yogyakarta

(Niswah, 2014). Sedangkan dalam penelitian yang dilakukan oleh Yayasan Kusuma Buana pada tahun 2002, di 13 sekolah dasar Indonesia (n= 3495) mendapatkan prevalensi anak yang berangkat ke sekolah tanpa sarapan sebesar 16,9% dengan prevalensi 53.44% responden disediakan sarapan sebelum berangkat sekolah, 41.89% menyatakan orang tua menyiapkan sarapan dalam frekuensi jarang dan 4.58% tidak pernah disiapkan sarapan (Kurniawati, 2015). Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 30 Agustus 2019, salah satu ibu guru yang mengajar di TK. Taufiqiyah Malang mengatakan bahwa banyak dari siswa yang tidak melakukan makan pagi. Dan dari hasil wawancara tersebut dan observasi yang dilakukan oleh peneliti dan dibantu oleh guru sekolah didapatkan dari 61 siswa yang ada terdapat 25 siswa (40,9%) yang tidak melakukan makan pagi dan 36 siswa (59,1%) yang melakukan makan pagi.

Sarapan sangat penting dalam menunjang aktivitas fisik seorang sebelum memulai kegiatan. Begitupula sebelum proses belajar mengajar, agar otak dapat konsentrasi dan menyerap pelajaran yang diberikan, sehingga anakpun akan meraih prestasi baik (Suraya, 2019). Karena begitu pentingnya sarapan maka apabila anak-anak meninggalkan sarapan makan akan berakibat buruk bagi anak. Orang tua sebagai pedamping dan pengasuh anak memiliki kewajiban untuk memenuhi apa yang menjadi hak-hak anak untuk menuju dewasa nantinya. Selain itu orang tua juga fasilitator bagi anak yang memiliki dampak bagi perkembangan anak (Kosegeran, 2013). Sehingga orang tua perlu diberikan informasi dengan pemberian penyuluhan mengenai sarapan mulai dari apa itu sarapan, manfaat

sarapan, dampak negatif dari tidak sarapan, hubungan kebiasaan sarapan dengan kesehatan anak dan kesiapan serta konsentrasi anak saat belajar. Dan juga pemilihan jenis pangan untuk menu sarapan yang sehat dan bergizi bagi anak.

Berdasarkan latar belakang tersebut diatas maka peneliti ingin melakukan penelitian dengan judul “Gambaran tingkat pengetahuan orang tua tentang sarapan pada anak prasekolah di Tk.Taufiqiyah Kecamatan Bululawang Kota Malang”.

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “bagaimanakah gambaran tingkat pengetahuan orang tua tentang sarapan pada anak prasekolah di Tk.Taufiqiyah Kecamatan Bululawang Kota Malang? ”

1.3 Tujuan Penelitian

Mengetahui gambaran tingkat pengetahuan orang tua tentang sarapan pada anak prasekolah di Tk.Taufiqiyah Kecamatan Bululawang Kota Malang.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat menjadi motivasi bagi orang tua yang mempunyai anak usia prasekolah untuk selalu memberikan sarapan bagi anak agar anak dapat berkonsentrasi di sekolah.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Responden

Mendorong responden untuk mencari informasi tentang pentingnya sarapan bagi anak prasekolah.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Menambah informasi khususnya bagi institusi pendidikan tentang pentingnya sarapan bagi anak prasekolah.

3. Bagi Peneliti

Menerapkan ilmu pengetahuan yang diperoleh serta menambah wawasan yang berhubungan dengan pemberian sarapan untuk anak prasekolah.

