BAB I
PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang Masalah

Masa anak-anak merupakan masa dimana anak ingin mengetahui dan ingin mencoba segala sesuatu yang berada di sekitar termasuk jajanan-jajanan. Jajanan merupakan segala jenis kudapan makanan atau minuman siap saji yang dijajakan di warung, atau pedagang kaki lima di pinggir jalan yang biasa di konsumsi antara jam makan pagi dan siang serta antara makan siang dan makan malam. Jajanan memegang peranan yang cukup penting dalam memberikan asupan energi dan gizi bagi anak–anak usia sekolah.

Hasil survei yang dilakukan kelompok mahasiswa Institut Pertanian Bogor (IPB) di Bogor pada tahun 2004 menyatakan sebanyak 36% kebutuhan energi anak sekolah diperoleh dari pangan jajanan yang dikonsumsinya (Guhardja, 2004). Hal tersebut menggambarkan bahwa jajanan memegang peranan yang penting dalam memberikan asupan energi dan gizi bagi anak–anak disekolah.

Pada situs republika.co.id tanggal, 12 Februari 2012 dijelaskan Badan Pengawas Obat dan Makanan Republik Indonesia (BPOM RI) menemukan sebanyak 40 % jajanan anak sekolah di Indonesia tidak sehat dikonsumsi. Penelitian ini dilakukan BPOM dengan Institut Pertanian Bogor (IPB). Selain pembuatan dan pengemasannya yang tidak higienis bahan pembuat dari jajanan tersebut bukan untuk bahan pembuat makanan.

Hal tersebut harus menjadi perhatian yang serius karena kegiatan sehari-hari yang menyita waktu besar adalah di sekolah, termasuk aktivitas makan. Sulit bagi anak dalam membedakan antara makanan yang berbahaya dan yang menjadi prioritas anak hanya tentang rasanya yang enak, gurih dan pastinya harganya yang terjangkau. Hal tersebut sangat beresiko terjadi pencemaran biologis atau kimiawi pada jajanan anak yang tentunya dapat mengganggu kesehatan baik jangka pendek atau jangka panjang.

Seringnya timbul masalah terutama dalam pemberian makanan yang tidak benar dan menyimpang. Penyimpangan ini mengakibatkan gangguan pada banyak organ-organ dan sistem tubuh anak. Penyakit bawaan makanan merupakan masalah kesehatan masyarakat yang utama di banyak negara. Penyakit ini dianggap bukan termasuk penyakit yang serius untuk jangka pendek, sehingga seringkali kurang diperhatikan baik oleh orang tua, atau masyarakat dengan masalah ini.

Pengetahuan orang tua tentang makanan jajanan sangat berpengaruh terhadap pemilihan makanan jajanan untuk anak. Orang tua yang harus mengetahui akan makanan jajanan yang sehat serta bebas dari cemaran mikroorganisme dan bahan kimia yang dapat menjamin tumbuh kembang anak yang optimal. Beberapa orang tua tidak memperhatikan pola konsumsi anak-anaknya dan tidak mengetahui bahaya makanan jajanan. (Khomsan, 2010 dalam Nila, 2011) Hal ini juga karena banyaknya anak yang setiap harinya diberi keleluasan memilih makanan jajanan dan minuman yang tidak sehat dimana jajanan tersebut dapat menimbulkan gangguan kesehatan pada anak.

Kebiasaan-kebiasaan orang tua dalam pemberian makanan yang tidak benar dan menyimpang seperti halnya tidak membiasakan sarapan pagi, tidak membiasakan memberikan bekal makanan yang membuat anak lebih banyak jajan, tidak menerapkan aturan jam makan yang membuat anak menjadi tidak teratur dalam hal waktu makan, membiasakan menggunakan penyedap rasa yang membuat anak menjadi terbiasa dengan rasa yang gurih, dan masih beranggapan bahwa hanya dengan makan tiga kali sehari sudah dirasa cukup dalam memenuhi semua kebutuhan nutrisi, energi, dan gizi anak. Dengan disadari ataupun tidak disadari hal tersebut dapat memberikan dampak buruk bagi anak, anak akan merasa terbiasa dengan apa yang dibiasakan orang tua hingga anak menjadi dewasa, kesibukan orang tua bekerja dan kurangnya waktu luang bersama anak sering kali menjadi penghalang dalam upaya pemberian makanan sehat bagi anak.

Pola makan yang dikenal selama ini oleh para orang tua adalah merupakan pola makan tiga kali sehari dengan makan pada pagi hari, siang hari, dan malam hari. Namun pola makan ini belum begitu efektif pada anak karena anak selalu bergerak membuat anak membutuhkan asupan energi yang lebih, jika hanya dengan pola makan hanya tiga kali sehari saja anak akan memenuhi kebutuhan itu dengan mengkonsumsi makanan jajanan. Oleh karena itu perlu adanya perubahan kebiasaan pola makan agar dapat mencegah atau mengurangi aktifitas jajan anak.

I.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka identifikasi masalah penelitian adalah sebagai berikut:

a. Maraknya jenis jajanan di sekolah membuat anak dapat memilih tetapi tanpa memikirkan kriteria jajanan.
b. Kebiasaan orang tua dalam pemberian makan yang tidak tepat serta memberikan keleluasaan pada anak membuat anak menjadi bebas dan terbiasa mengkonsumsi jajanan dan dapat mengakibatkan masalah pada tubuh anak.
c. Adanya kebiasaan anak yang hanya untuk sekedar memenuhi hasrat emosional dalam mengkonsumsi jajanan.
d. Adanya pola makan lima kali sehari yang dapat mengurangi aktifitas jajan anak.

I.3. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan maka masalah yang dapat dirumuskan adalah “Pola makan lima kali sehari sebagai cara orang tua mengurangi aktifitas jajan anak?”.

I.4. Pembatasan Masalah

Berdasarkan judul yang diangkat permasalahan dibatasi seputar pola makan lima kali sehari yang dapat membatasi aktifitas jajan anak. Berdasarkan subjek responden dibatasi pada ibu rumah tangga yang berada di wilayah Kota Bandung

I.5. Tujuan Perancangan

Tujuan yang hendak dicapai adalah sebagai berikut:

a. Para orang tua dapat menerapkan pola makan sehat kepada anak dalam kehidupan sehari-hari.
b. Mengurangi semaksimal mungkin konsumsi jajanan tidak sehat bagi anak yang sudah terbiasa dengan pola makanan jajanan yang dapat merusak kesehatan.