

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Anak usia 3-5 tahun memerlukan asupan nutrisi optimal untuk kesehatan dan perkembangan mereka. Sayangnya, kurangnya kesadaran orang tua tentang nutrisi semakin meningkat, terutama dengan popularitas penggunaan frozen food. Ini dapat berdampak serius pada pertumbuhan anak. Penelitian menunjukkan bahwa orang tua sering kali tidak menyadari bahwa makanan instan tersebut tidak mencukupi kebutuhan gizi anak (Suryadi, 2019). Kekurangan pemahaman ini menyebabkan anak kekurangan nutrisi penting (Kusuma A., 2017). Oleh karena itu, edukasi intensif diperlukan untuk mengubah pola penggunaan frozen food agar lebih bijak dan sejalan dengan kebutuhan nutrisi anak usia 3-5 tahun.

Usia 3-5 tahun, atau masa "the wonder years", merupakan periode di mana anak menunjukkan keingintahuan tinggi terhadap lingkungan sekitarnya (Arif Rohman Mansur, 2019). Pola makan anak memainkan peran penting dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan mereka. Namun, anak-anak yang pemilih dalam konsumsi makanan cenderung enggan mengonsumsi buah dan sayur (Latifah, 2020). Edukasi menjadi kunci dalam mengubah perilaku makan anak-anak, memerlukan pendekatan yang tepat melalui pembelajaran yang efektif.

Berdasarkan penelitian oleh (Silalahi et al., 2018), konsumsi sayur di Indonesia masih di bawah porsi yang dianjurkan, dengan hanya 63,3% dari jumlah yang disarankan menurut Riskesdas 2013. Data terbaru pada 2018 menunjukkan konsumsi buah dan sayur anak-anak masih rendah, hanya 4,5%, jauh di bawah standar WHO. Prevalensi gizi buruk menurut SSGI Kementerian Kesehatan pada 2022 adalah 19,2%, di bawah 20% yang dianggap aman. Kurangnya konsumsi makanan bergizi dapat menyebabkan gangguan kesehatan seperti stunting, overweight/underweight pada anak (Alodokter, 2022). Menurut (Kurniawati et al., 2017), sayur dan buah penting untuk tumbuh kembang anak karena menyediakan mineral penting. Namun, banyak orang tua cenderung menggunakan makanan instan, seperti yang disampaikan oleh KB TK Al-Fajar dan KB TK Al Maghfirah, Surabaya. Pemberian makanan cepat saji dapat memicu obesitas pada anak (Indanah et al., 2021), serta menyebabkan gangguan keseimbangan gizi yang dibutuhkan untuk tumbuh kembang anak, seperti yang dijelaskan oleh Kemenkes (2023).

Anak usia 3-5 tahun membutuhkan stimulus untuk mendorong kesadaran akan pentingnya mengonsumsi makanan bergizi. Stimulus ini dapat berasal dari lingkungan eksternal, seperti lingkungan keluarga atau sekolah, dengan pengawasan orang dewasa. Peran orang tua dalam proses tumbuh kembang anak sangat penting karena mereka menjadi motivator utama dalam membentuk kebiasaan anak. Pola interaksi orang tua-anak adalah kunci dalam membentuk kebiasaan makan yang sehat, baik di rumah maupun di sekolah. Penelitian menunjukkan bahwa pendekatan pendidikan sekolah, seperti *school-based intervention*, dapat meningkatkan konsumsi buah dan sayur pada anak usia sekolah (Dampang, 2018).

Anak usia 3-5 tahun mengalami fase perkembangan kognitif praoperasional, di mana mereka mulai memiliki kesadaran tentang objek dan mulai bertanya-tanya tentang lingkungan sekitarnya. Peran orang dewasa, termasuk orang tua dan pendidik, sangat penting dalam memberikan edukasi pada anak selama fase ini. Namun, banyak tenaga pendidik anak usia 3-5 tahun yang belum mampu memahami kebutuhan anak. Oleh karena itu, dibutuhkan media yang menarik dan menyenangkan bagi anak untuk memahami pentingnya gizi seimbang.

Perancangan ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran orang tua akan pentingnya makanan bergizi bagi anak usia 3-5 tahun. Melalui kampanye menggunakan buku saku yang akan diberikan kepada orang tua, diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan membentuk kebiasaan makan yang sehat pada anak-anak. Memotivasi anak agar lebih *aware* dengan makanan seperti sayur, buah dan protein.

1.2 Identifikasi Masalah

- Orang tua cenderung kurang menyadari pentingnya nutrisi pada makanan anak, terutama dengan meningkatnya kecenderungan menggunakan frozen food. Kurangnya pemahaman ini dapat membahayakan kesehatan dan pertumbuhan anak.
- Menurut data dari SSGI tingkat konsumsi kebutuhan gizi anak masih belum stabil. Berdasarkan table status gizi SSGI pada tahun 2022 masih terdapat gangguan terkait gizi anak. Oleh sebab itu motivasi untuk memakan sayur, buah serta makanan bergizi lainnya harus diperkenalkan kepada anak sejak dini.
- Orang tua adalah penyalur pendidikan tingkat pertama pada anak, namun kurangnya kesadaran pada orang tua yang seharusnya aktif menanamkan kebiasaan makan

makanan bergizi pada anak membuat anak berpotensi mendapat permasalahan kebutuhan gizi.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan Identifikasi masalah diatas maka dapat disimpulkan rumusan masalah tersebut adalah “Bagaimana merancang sebuah Kampanye sosial yang dapat mengajak dan mengedukasi orang tua terkait pentingnya memberikan dan membentuk pola makan makanan bergizi kepada anak sejak dini?”

1.4 Batasan Masalah

- Perancangan ini hanya berfokus tentang bagaimana penyampaian kampanye edukasi makan makanan bergizi pada orang tua anak, khususnya anak di usia 3-5 tahun dengan penambahan media pendekatan edukasi berupa buku saku dan media pendukung lainnya.
- Perancangan media akan dikampanyekan kepada orang tua melalui *platform* digital dan penyebaran brosur secara langsung.
 - Kampanye sosial ini hanya berfokus ke beberapa sekolah TK/PAUD tertentu.

1.5 Tujuan

- Memberikan wawasan kepada orang tua dalam mendidik anak tentang makan makanan bergizi melalui media interaktif.
- Menciptakan media edukasi yang tepat dan efektif serta menarik dalam penyampian informasi.

1.6 Manfaat

- Untuk Masyarakat, diharapkan dapat memberikan edukasi yang bermanfaat tentang media bermain dan belajar mengenai pengenalan makan makanan bergizi pada anak usia 3 – 5 tahun agar gizi anak terpenuhi.
- Untuk meningkatkan *awareness* kepada orang tua supaya dapat terus memenuhi nutrisi anak.
- Untuk program studi Desain Komunikasi Visual supaya dapat dijadikan kajian dalam penulisan perancangan yang sejenis dikemudian hari.

1.7 Kerangka Perancangan



Gambar 1. 1 Skema Kerangka Perancangan Kampanye Sosial Makanan Bergizi Pada Anak

(sumber : Dokumentasi Pribadi)