

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Makanan adalah kebutuhan pokok manusia. Makan merupakan kegiatan mengkonsumsi makanan dengan memasukkan makanan ke dalam mulut dan menelannya, sebagai sumber jenis zat-zat gizi yang diperlukan tubuh. Jika dilihat dari segi gizi anak, kegiatan makan merupakan upaya untuk memenuhi kebutuhan individu terhadap berbagai macam zat gizi (nutrien) untuk berbagai keperluan metabolisme berkaitan dengan kebutuhan untuk mempertahankan hidup, mempertahankan kesehatan dan untuk pertumbuhan dan perkembangan.

Bagi anak, makan merupakan perilaku yang kompleks dengan keterampilan yang harus dipelajari secara bertahap. Diawali dengan menyusu, kemudian secara bertahap belajar mengkonsumsi berbagai jenis makanan tambahan dan selanjutnya berbagai ragam makanan lain yang biasa dikonsumsi oleh anak maupun orang dewasa.

Usia balita merupakan usia yang sangat penting dalam pertumbuhan fisik dan psikologi seorang anak. Masa balita merupakan masa kritis dalam upaya menciptakan sumber daya yang berkualitas. Masa tersebut disebut masa emas (*golden ages*) dimana sel-sel otak sedang mengalami masa pertumbuhan dan perkembangan yang optimal (Agusman, 2005).

Pada masa tertentu, nafsu makan anak kadang berkurang. Penelitian menyebutkan banyak anak yang mengalami kesulitan makan, terutama pada usia balita. Hal ini seringkali membuat para orang tua menjadi khawatir karena dapat mengganggu pertumbuhan anaknya.

Pada kesulitan makan yang berat dan berlangsung lama, akan berdampak pada kesehatan dan tumbuh kembang anak. Gejala yang timbul tergantung dari jenis dan jumlah zat gizi yang kurang. Bila anak tidak menyukai makanan tertentu seperti buah

atau sayur, akan terjadi defisiensi vitamin A. Bila hanya mau minum susu saja akan terjadi anemia defisiensi besi. Bila kekurangan kalori dan protein akan terjadi Kekurangan Energi Protein (KEP).

Kesulitan makan dapat terjadi pada semua kelompok usia anak khususnya balita, tetapi jenis kesulitan makan dan penyebabnya berlainan. Kesulitan makan merupakan masalah individu anak sehingga upaya mengatasinya juga bersifat individual tergantung dari beratnya dan faktor-faktor yang menjadi penyebab.

Berbagai macam keluhan yang sering disampaikan oleh orang tua, khususnya para ibu seperti anak tidak nafsu makan, kebiasaan makan yang aneh, cepat bosan terhadap makanan yang disajikan, dan berbagai keluhan lainnya. Bahkan banyak ibu yang tidak mengerti bagaimana memberikan pola makanan yang sehat dan bergizi untuk anaknya.

Peran ibu dalam mengatasi kesulitan makan pada anak sangat dominan. Peran seorang ibu sangat besar dalam proses kehidupan awal seorang anak. Sejak lahir, ibu yang menyusui atau menyuapi makanan ke mulut anak. Tokoh ibu berperan penting dalam perkembangan seorang anak.

Menurut Aritonang (2003), seorang ibu harus mengetahui berbagai hal yang terkait dengan perannya meliputi pengetahuan makanan bergizi, jadwal makan, cara mempersiapkan, cara menyajikan serta dalam mempersiapkan perlengkapan makannya. Seorang ibu harus mampu mengantisipasi sewaktu anak susah makan.

Salah satu cara untuk mengatasi kebiasaan anak sulit makan adalah melalui cara penyajian makanan yang menarik. Penyajian makanan memiliki peran penting dalam menjaga nafsu makan agar tetap baik. Memperbaharui penyajian makanan dengan kreativitas dapat menjadi solusi dalam mengatasi permasalahan ini.

Berdasarkan latar belakang di atas, penulis tertarik untuk memberikan pendekatan edukatif kepada para ibu dari sisi ilmu desain komunikasi visual untuk memecahkan masalah mengatasi balita susah makan.

1.2 Permasalahan dan Ruang Lingkup

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, berikut beberapa masalah yang dipaparkan dalam penelitian ini, yaitu sebagai berikut:

- Bagaimana meningkatkan pengetahuan dan pendidikan ibu mengenai makanan yang sehat dan bergizi untuk balita?
- Bagaimana merancang buku yang dapat membantu ibu untuk menyajikan makanan yang menarik kepada balita susah makan?

Ruang lingkup yang dipilih penulis dalam proses perancangan ini adalah membatasi masalah pada keluarga yang memiliki balita, dengan orang tua wanita yang berusia 25-35 tahun, pendidikan minimal SMA, memiliki status ekonomi menengah ke atas dan bertempat tinggal di kota-kota besar di Indonesia, khususnya Bandung, dengan waktu pelaksanaan antara bulan Januari 2013 hingga Maret 2013.

1.3 Tujuan Perancangan

Sesuai dengan permasalahan dan ruang lingkup yang telah diuraikan di atas, berikut ini akan dipaparkan garis besar hasil yang ingin diperoleh setelah masalah diteliti dan dipecahkan, yaitu sebagai berikut:

- Meningkatkan pengetahuan dan pendidikan ibu mengenai makanan yang sehat dan bergizi untuk balita.
- Merancang buku yang membantu ibu untuk menyajikan makanan yang menarik kepada balita susah makan.

1.4 Sumber, Metode Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data

Dalam pelaksanaan suatu penelitian atau penyusunan suatu makalah akademik dan literatur maupun melalui penelitian dan pengamatan langsung pada pelaksanaan sebuah karya desain, diperlukan data yang cukup sebagai dasar pemikiran dan arahan konsep. Pengumpulan data dilakukan melalui literatur maupun penelitian dan pengamatan lapangan yang bertujuan untuk mengetahui kondisi aktual sehingga

dapat menciptakan rancangan-rancangan yang sesuai. Informasi dan data yang dikumpulkan berdasarkan data primer dan data sekunder.

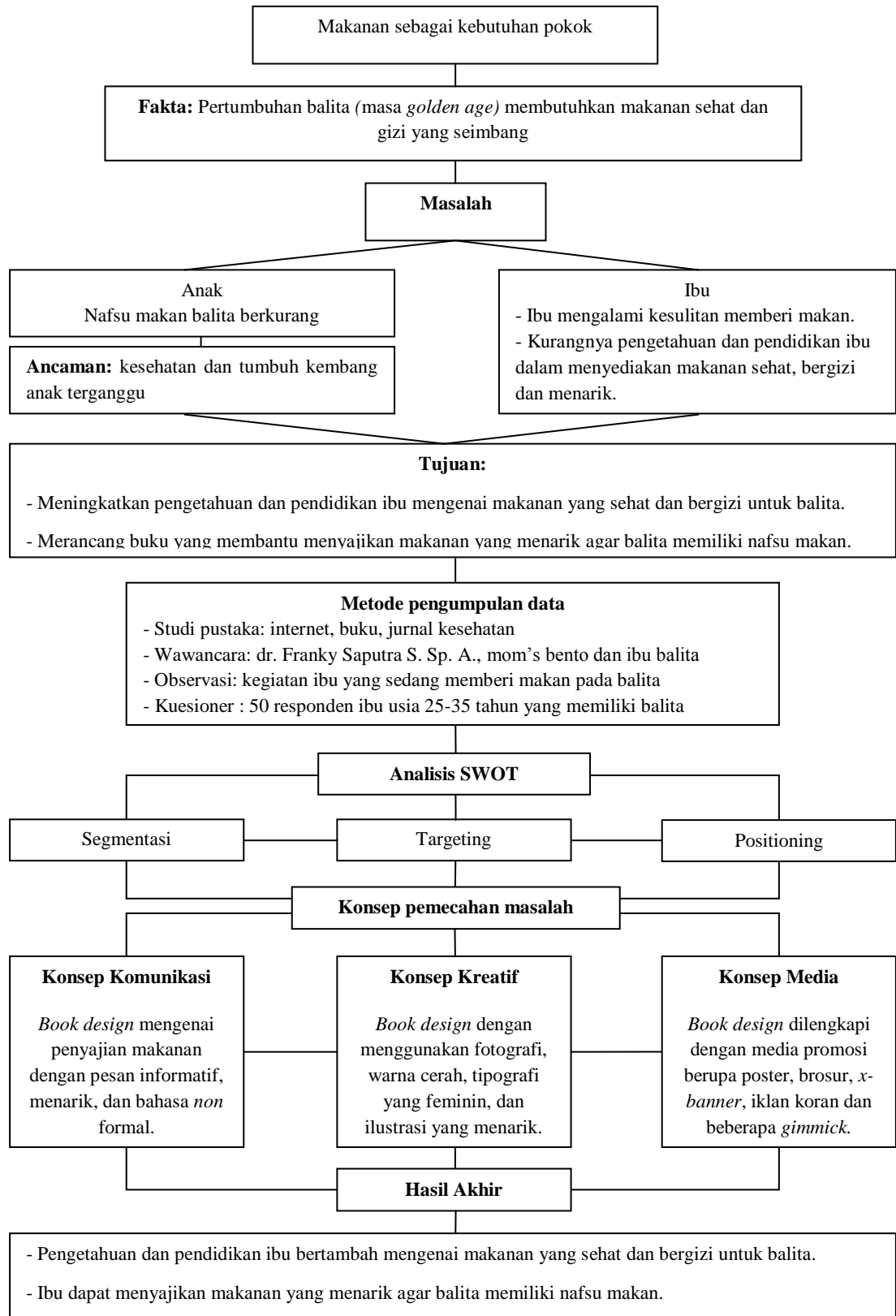
1.4.1 Data Primer:

- **Wawancara** pada ahli gizi atau dokter anak di kota Bandung.
- **Observasi** lapangan pada kegiatan ibu yang sedang memberi makan pada anak balita.
- **Kuesioner** berupa pertanyaan dan angket tertulis yang disebarakan pada target *audience* yaitu ibu-ibu muda yang berusia 25-35 tahun yang memiliki balita.

1.4.2 Data Sekunder:

Data sekunder didapatkan melalui studi pustaka dan literatur melalui internet, buku, dan jurnal kesehatan untuk mendapatkan informasi dan referensi serta landasan teori yang tepat berhubungan dengan balita, pola makananan sehat dan bergizi untuk anak, mengatasi kesulitan makan pada anak, dan peran ibu, penyajian makanan dan lain-lain.

1.5 Skema Perancangan



Gambar 1.1 Skema Perancangan

1.6 Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan yang dilakukan dalam penelitian kali ini mencakup BAB I sampai BAB V. Berikut ini adalah penjelasan sistematika penulisan penelitian:

- **BAB I : PENDAHULUAN**

Bab ini terdiri dari latar belakang, permasalahan dan ruang lingkup, tujuan perancangan, sumber dan teknik pengumpulan data, sistematika penulisan, serta skema perancangan mengenai hal-hal yang akan dibahas dalam penelitian ini, meliputi tentang balita, ibu, dan perancangan buku yang dapat membantu ibu untuk mengatasi balita susah makan.

- **BAB II : LANDASAN TEORI**

Dalam BAB II ini, akan dibahas beberapa teori mengenai pentingnya makanan, hal-hal yang menyebabkan kesulitan makan pada balita, akibat dari anak yang susah makan, peran ibu dalam mengatasi balita susah makan, serta cara menyajikan makanan yang menarik pada balita.

- **BAB III : DATA DAN ANALISIS MASALAH**

Bab ini menguraikan tentang data fakta dan analisis yang digunakan untuk membahas masalah dalam penelitian ini. Data dan fakta diambil dari tinjauan langsung melalui wawancara kepada dokter spesialis anak dan kuesioner yang dibagikan langsung kepada para ibu-ibu muda yang berusia 25-35 tahun. Selain itu juga dilakukan tinjauan studi pustaka untuk menganalisis permasalahan melalui teori-teori ilmiah.

- **BAB IV : PEMECAHAN MASALAH**

Bab ini mencakup pemecahan masalah balita yang susah makan melalui strategi komunikasi, strategi kreatif, strategi visual, strategi media dan hasil karya sehingga penulis dapat merancang buku yang membantu ibu meningkatkan pengetahuan dan pendidikan mengenai makanan yang sehat dan bergizi.

- **BAB V : KESIMPULAN DAN SARAN**

Bab ini mencakup kesimpulan dan saran dari hasil penelitian yang telah dilakukan.