

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Gizi seimbang merupakan makanan sehari-hari yang dikonsumsi dengan berbagai aneka ragam makanan dan memenuhi kelompok zat gizi dengan porsi yang cukup dan tepat. Hal ini berarti, porsinya tidak boleh kurang ataupun terlalu banyak. Prinsip gizi seimbang adalah seimbang dalam jumlah tiap kelompok makanan serta yang sesuai dengan kebutuhan tubuh. Selain itu, penting juga untuk memperhatikan keanekaragaman pangan, aktivitas fisik, perilaku hidup bersih, serta memantau berat badan secara teratur untuk mempertahankan berat badan normal dan mencegah masalah gizi (Permenkes RI, 2014).

Masalah gizi pada balita merupakan isu serius yang harus diperhatikan orang tua. Banyak anak yang belum mendapatkan asupan gizi seimbang yang optimal, padahal gizi seimbang berperan penting dalam mengoptimalkan tumbuh kembang balita. Gizi yang tidak optimal dapat menyebabkan kesehatan buruk dan meningkatkan risiko penyakit infeksi serta penyakit tidak menular. Oleh karena itu, gizi seimbang sangat diperlukan untuk menjaga status gizi balita yang baik. Status gizi balita dinilai berdasarkan tiga indeks, yaitu Berat Badan Menurut Umur (BB/U), Tinggi Badan Menurut Umur (TB/U), dan Berat Badan Menurut Tinggi

Badan (BB/TB), yang dibandingkan dengan baku pertumbuhan WHO (Kemenkes, 2017)

Berdasarkan hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI), ditemukan bahwa terdapat penurunan proporsi *stunting* nasional sebanyak 2,8% dari 24,4% di tahun 2021 menjadi 21,6% di tahun 2022. Proporsi anak dengan status gizi *overweight* pada tahun 2022 adalah 4,5%, lebih kecil dibandingkan dengan pada tahun 2021, yaitu 3,8%. Walaupun demikian, terjadi peningkatan proporsi *wasting* dari 7,1% di tahun 2021 menjadi 7,7% di tahun 2022 dan *underweight* dari 17,0% di tahun 2021 menjadi 17,1% di tahun 2022. Pada wilayah Jawa Timur di Kabupaten Malang, menurut Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022 prevalensi *stunting* sebesar 23,0%, *wasting* mencapai 3,2%, *underweight* sebesar 17,7 % dan *overweight* sebesar 4,3%.

Masalah gizi dapat timbul karena beberapa faktor, seperti keterbatasan ekonomi, pekerjaan keluarga, dan lingkungan yang kurang baik. Faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi pada balita banyak sekali ditemukan, di antaranya adalah pendapatan, pengetahuan gizi ibu, akses pelayanan kesehatan, pemberian ASI eksklusif, sumber air bersih, pola asuh orang tua, nutrisi pada masa kehamilan dan berat bayi lahir rendah (BBLR). Namun di samping faktor-faktor tersebut, domain perilaku sangat berpengaruh terhadap masalah dan penerapan gizi seimbang pada anak balita.

Menurut Notoatmodjo (2010) dalam (Fitriani et al., 2020) mengatakan bahwa pengetahuan gizi adalah pengetahuan terkait makanan dan zat gizi, sumber-sumber zat gizi pada makanan, makanan aman di konsumsi sehingga tidak menimbulkan penyakit dan cara mengolah makanan yang benar, serta bagaimana hidup sehat. Pengetahuan gizi yang tidak memadai, kurangnya pengertian tentang kontribusi gizi dari berbagai jenis makanan akan menimbulkan masalah kecerdasan dan produktivitas. Sikap dan perilaku ibu dalam memilih makanan yang akan dikonsumsi dipengaruhi oleh berbagai faktor, di antaranya adalah tingkat pengetahuan ibu tentang gizi.

Pengetahuan gizi ibu yang kurang dapat menjadi salah satu penentu status gizi karena menentukan sikap atau perilaku ibu dalam memilih makanan yang akan dikonsumsi serta pola makan terkait jumlah, jenis dan frekuensi yang akan mempengaruhi asupan makan pada keluarga (Akbar & Aidha, 2020). Sikap merupakan reaksi atau respon yang masih tertutup dari seseorang terhadap suatu objek. Sikap ibu terhadap status gizi dan pertumbuhan balita, pemilihan makanan, pengolahan dan cara pemberian makan kepada balita akan berpengaruh terhadap penerapan gizi seimbang balita. Suatu sikap belum otomatis terwujud dalam suatu Tindakan, untuk mewujudkan sikap menjadi tindakan diperlukan faktor pendukung atau suatu kondisi yang memungkinkan, antara lain fasilitas dan dukungan dari pihak lain. Oleh karena itu pengetahuan, dan sikap ibu mengenai gizi sangat penting dalam penerapan gizi seimbang

Salah satu faktor yang sangat penting dalam meningkatkan pengetahuan adalah metode penyampaian informasi yang disesuaikan dengan kebutuhan dasar dengan menggunakan media promosi kesehatan yang tepat. Penyuluhan merupakan salah satu bentuk metode penyampaian informasi yang diberikan oleh seorang penyuluh kepada sasaran. Penyuluhan terhadap ibu balita merupakan suatu upaya penting dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan yang berkaitan dengan kesehatan dan perkembangan anak. Melalui program penyuluhan, ibu balita diberikan informasi yang komprehensif mengenai gizi seimbang pada balita. Dengan pengetahuan yang diperoleh, ibu dapat membuat keputusan yang lebih baik dalam memberikan asupan nutrisi yang tepat dan melakukan aktivitas yang mendukung pertumbuhan optimal balita. Selain itu, penyuluhan juga dapat membekali ibu dengan keterampilan praktis, seperti cara mendeteksi tanda-tanda kesehatan yang tidak normal dan mengatasi masalah kesehatan umum pada balita. Dengan demikian, adanya penyuluhan tidak hanya meningkatkan kesadaran akan pentingnya pertumbuhan anak, tetapi juga memberdayakan ibu untuk berperan aktif dalam memastikan kesehatan dan perkembangan anak yang lebih baik.

Berdasarkan hasil wawancara menggunakan kuesioner yang dilakukan penulis pada beberapa ibu balita di Posyandu Desa Genengan pada bulan Mei 2024, ditemukan bahwa ada beberapa balita yang mengalami masalah gizi, seperti stunting, gizi buruk, gizi kurang, dan berat badan sangat kurang. Diketahui bahwa pelaksanaan kegiatan penyuluhan di posyandu masih

belum optimal, karena tidak semua posyandu melaksanakan penyuluhan secara rutin. Temuan ini menunjukkan adanya hubungan antara kurangnya informasi mengenai gizi dengan masalah gizi yang dialami oleh balita. Ke tidak cukupan informasi ini mengakibatkan ibu balita tidak mendapatkan edukasi yang cukup tentang pentingnya gizi seimbang untuk pertumbuhan dan perkembangan balitanya.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penulis tertarik untuk mengetahui pengetahuan dan sikap ibu balita terkait gizi seimbang melalui penyuluhan menggunakan media leaflet pada ibu balita di Desa Genengan. Kegiatan penyuluhan akan dilakukan di 4 Posyandu (Posyandu Mawar 1, Posyandu Nusa Indah 1, Posyandu Melati 3 dan Posyandu Dahlia) Desa Genengan, Kecamatan Pakisaji, Kabupaten Malang.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut: Apakah ada peningkatan pengetahuan dan sikap sebelum dan sesudah penyuluhan gizi seimbang pada ibu balita di 4 posyandu desa Genengan

C. Tujuan Intervensi

1. Tujuan Umum

Mengetahui manfaat penyuluhan gizi seimbang terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap ibu balita di 4 posyandu Desa Genengan

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui tingkat pengetahuan ibu balita sebelum dan setelah diberikan penyuluhan gizi melalui metode ceramah tentang gizi seimbang pada balita di 4 posyandu Desa Genengan
- b. Mengetahui tingkat sikap ibu balita tentang sebelum dan setelah diberikan penyuluhan gizi melalui metode ceramah tentang gizi seimbang pada balita di 4 posyandu Desa Genengan

D. Manfaat Penulisan

1. Bagi Penulis

Dapat menambah wawasan bagi penulis tentang manfaat penyuluhan gizi seimbang terhadap pengetahuan dan sikap ibu balita melalui pendekatan dengan diadakan penyuluhan gizi seimbang terhadap ibu balita

2. Bagi Masyarakat

Memberikan informasi maupun masukan kepada masyarakat khususnya ibu balita tentang gizi seimbang balita dimasa pertumbuhan dan perkembangannya