

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Seiring dengan akselerasi fase transformasi biologis pada masa balita, tuntutan fisiologis yang intensif secara inheren menempatkan kelompok usia ini pada posisi yang rentan terhadap kesenjangan nutrisi. Guna mempertahankan momentum perkembangan tersebut, diperlukan pemenuhan asupan nutrisi esensial yang presisi. Kendati demikian, defisiensi gizi tetap menjadi hambatan kritis yang secara sistemik merusak maturasi fisik, fungsi kognitif, serta resiliensi imunologis anak.

Adapun determinan utama dari ketidakseimbangan ini berakar pada siklus sinergis antara kegagalan asupan diet dalam memenuhi kebutuhan metabolisme dan beban penyakit infeksi yang berulang. Interaksi patofisiologis tersebut secara progresif menguras cadangan vital tubuh, sehingga menuntut implementasi strategi intervensi nutrisi yang terukur dan tertarget demi memitigasi risiko terhadap lintasan pertumbuhan jangka panjang (Pasaribu et al., 2023).

Selain faktor asupan makanan dan penyakit infeksi, pola asuh dalam pemberian makan oleh orang tua atau pengasuh juga berperan penting terhadap status gizi balita. Pengetahuan dan praktik pemberian makan yang kurang tepat dapat menyebabkan kebutuhan gizi balita tidak terpenuhi secara optimal (Ghinanda et al., 2022).

Pada dasarnya, penerapan aturan pemberian makan dasar berfungsi sebagai penentu distal kritis status gizi anak. Korelasi antara pola diet dan hasil antropometrik kuat; ketika pengasuh memberikan rejimen yang sejalan dengan persyaratan fisiologis-secara khusus mengintegrasikan makronutrien untuk energi dan protein, di samping mikronutrien penting untuk regulasi metabolisme-lintasan nutrisi anak dioptimalkan secara signifikan.

Selain itu, pengaruh keibuan tetap menjadi yang terpenting dalam membentuk asupan makanan dan evolusi perilaku makan. Hal ini paling

efektif diwujudkan melalui praktik pemberian makanan yang responsif, kerangka kerja yang didukung oleh WHO dan UNICEF. Dengan secara aktif terlibat

dengan isyarat rasa lapar dan kenyang internal anak, pemberian makanan yang responsif meningkatkan minat anak terhadap makanan, sehingga mengoptimalkan kualitas dan kuantitas asupan. Akibatnya, sinergi perilaku ini bertindak sebagai faktor penting dalam mencapai dan mempertahankan kesehatan nutrisi yang unggul. (Pasaribu et al., 2023).

Namun demikian, salah satu permasalahan yang sering muncul pada balita adalah gangguan nafsu makan. Anak dengan gangguan nafsu makan cenderung menunjukkan perilaku seperti menolak makanan, makan dalam jumlah sedikit, cepat merasa kenyang, atau memiliki preferensi makanan yang terbatas. Kondisi ini menjadi faktor risiko penting terjadinya defisit asupan energi dan protein yang berdampak langsung terhadap status gizi anak. Gangguan nafsu makan dapat disebabkan oleh berbagai faktor, antara lain infeksi berulang, kondisi psikologis, kebiasaan makan yang tidak teratur, serta praktik pemberian makan yang kurang tepat. Apabila kondisi ini berlangsung secara kronis, maka akan meningkatkan risiko terjadinya gizi kurang hingga gizi buruk pada balita (Meiliana et al., 2024).

Terutama, praktik pemberian makan yang tidak efektif berfungsi sebagai katalisator penting untuk gangguan makan anak, yang, jika dibiarkan kronis, dapat memicu "kegagalan untuk berkembang" dan sangat mengganggu lintasan perkembangan anak. Korelasi ini menyoroti kebutuhan vital untuk menetapkan perilaku makan terstruktur selama pematangan awal untuk mencegah gangguan fisiologis jangka panjang. Berdasarkan premis ini, bukti empiris menggaris bawahi peningkatan tantangan perilaku ini saat anak-anak bertransisi dari masa bayi ke masa balita. Penelitian menunjukkan bahwa sementara 33% bayi menunjukkan kurang nafsu makan pada waktu makan, prevalensi ini meningkat pada balita, bermanifestasi sebagai berkurangnya rasa lapar (52%), penghentian makan dini (42%), dan preferensi makanan yang kaku (33%).). Akibatnya, sementara banyak

perilaku seperti itu bersifat sementara, 1% hingga 2% populasi yang mengalami gangguan makan yang parah dan terus-menerus mewakili risiko klinis yang signifikan. Kenyataan ini memerlukan intervensi khusus yang ditargetkan untuk menjaga potensi perkembangan anak dan mengurangi defisit kesehatan permanen. (Meiliana et al., 2024).

Konsekuensi dari kekurangan gizi sangat luas dan menimbulkan ancaman yang signifikan terhadap pertumbuhan dan perkembangan balita. Kekhawatiran utama termasuk sistem kekebalan yang melemah, yang membuat anak-anak sangat rentan terhadap penyakit menular seperti diare, infeksi saluran pernapasan, dan radang paru-paru. Selain itu, kekurangan nutrisi menyebabkan pertumbuhan fisik terhambat dan gangguan perkembangan kognitif. Di luar masa kanak-kanak, orang-orang ini menghadapi risiko lebih tinggi terkena penyakit tidak menular di masa dewasa. Pada akhirnya, angka kematian anak-anak yang kekurangan gizi sangat tinggi; kekebalan mereka yang terganggu berarti infeksi umum menjadi parah, sulit diobati, dan berpotensi fatal (Ruswandi et al., 2024).

Prevalensi gizi kurang di seluruh dunia mencapai 28,5%, di negara berkembang 32,2%, di benua Asia 30,6%, di Asia Tenggara 29,4% (WHO, 2021). Berdasarkan SSSGI Tahun 2022 Balita di Indonesia, stunting mengalami sebesar 21,6%, wasting sebesar 7,7%, underweight sebesar 17,1%, dan overweight sebesar 3,5% (Meiliana et al., 2024). Proporsi balita gizi buruk dan kurang di Provinsi Nusa Tenggara Timur (NTT) menempati urutan pertama di antara semua provinsi di Indonesia, yaitu sebesar 29,5%.

Aturan Dasar Pemberian Makan, yang awalnya dibuat oleh Chatoor, menyediakan cara terstruktur untuk memberi makan anak-anak dengan berfokus pada waktu, lingkungan sekitar, dan proses pemberian makan itu sendiri. Pedoman ini telah disesuaikan untuk keluarga Indonesia dan didukung oleh IDA. Dengan mengikuti aturan ini, orang tua dapat membantu memastikan anak mereka tumbuh dengan kecepatan yang sehat dan menghindari bahaya 'gagal berkembang' (Ghinanda et al., 2022).

Menurut sebuah studi Purnamasari (2023) yang dilakukan di Puskesmas Baregbeg, para peneliti meneliti populasi balita untuk mengetahui efek suplementasi zat gizi mikro. Enam puluh subjek secara acak ditugaskan ke kelompok perlakuan atau kelompok kontrol. Kelompok perlakuan menerima 30 paket zat gizi mikro selama periode 60 hari, sedangkan kelompok kontrol menerima Pemberian Makanan Tambahan (PMT). Kedua kelompok menghadiri sesi konseling gizi setiap dua minggu. Pengukuran berat badan dilakukan pada awal, setelah satu bulan, dan dua bulan pasca intervensi. Dengan menggunakan ANOVA dan analisis uji-t independen, hasilnya menunjukkan bahwa suplementasi zat gizi mikro secara signifikan meningkatkan berat badan balita yang kekurangan gizi. Studi ini menyimpulkan bahwa karena nutrisi penting seperti Zat Besi, Vitamin A, dan Seng sering kali kurang dalam makanan sehari-hari, taburan mikronutrien efektif dalam meningkatkan berat badan dan status gizi secara keseluruhan.

Urgensi penelitian dalam penelitian ini yaitu bahwa permasalahan gizi kurang dan gizi buruk pada balita masih menjadi isu kesehatan yang mendesak di Indonesia, khususnya di wilayah dengan prevalensi tinggi seperti Provinsi Nusa Tenggara Timur, yang berdampak langsung pada pertumbuhan dan perkembangan anak. Berbagai bukti menunjukkan bahwa selain faktor asupan dan penyakit infeksi, praktik pemberian makan oleh orang tua, termasuk penerapan *Basic Feeding Rules*, memiliki peran penting dalam menentukan status gizi balita. Meskipun *Basic Feeding Rules* telah direkomendasikan oleh WHO, UNICEF, dan Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI) serta terbukti secara ilmiah mampu meningkatkan status gizi anak, penerapannya di tingkat pelayanan kesehatan primer dan keluarga masih belum optimal. Oleh karena itu, penelitian mengenai penerapan *Basic Feeding Rules* pada balita gizi kurang menjadi sangat penting untuk mendapat gambaran nyata praktik pemberian makan di lapangan, sebagai dasar penguatan intervensi edukasi gizi dan upaya pencegahan kegagalan tumbuh kembang anak, khususnya di wilayah kerja puskesmas.

Puskesmas Mangulewa dipilih sebagai lokasi penelitian karena kekurangan gizi masih menjadi masalah yang signifikan di kalangan balita di wilayah tersebut. Data gizi tahun 2024 menunjukkan bahwa 76 balita di wilayah kerja puskesmas saat ini tergolong kurang gizi. Kondisi gizi kurang pada balita umumnya ditandai dengan beberapa gejala seperti tubuh tampak kurus, wajah terlihat lebih tirus, perut tampak buncit, serta adanya gangguan pertumbuhan dan perkembangan. Selain itu, tinggi badan balita sering kali tidak sesuai dengan usianya; anak tampak lemas, kurang aktif bermain, dan lebih mudah rewel atau menangis.

Penulis menganalisis bahwa penelitian ini penting untuk dilakukan karena masalah gizi kurang maupun gizi buruk pada balita perlu segera ditangani agar tidak berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan anak di masa depan. Permasalahan gizi pada balita sangat erat kaitannya dengan praktik pemberian makan yang dilakukan oleh orang tua atau pengasuh. Pengaturan pola makan yang seimbang, konsisten, serta pemantauan pertumbuhan secara berkala merupakan salah satu upaya penting dalam penanganan masalah gizi pada balita. Oleh karena itu, diperlukan upaya strategis yang dapat meningkatkan kualitas praktik pemberian makan pada balita agar kebutuhan gizi dapat terpenuhi secara optimal.

Berdasarkan berbagai analisis dari beberapa referensi, penerapan *Basic Feeding Rules* dinilai sebagai salah satu pendekatan perilaku yang penting dalam membentuk kebiasaan makan yang sehat serta membantu pemenuhan kebutuhan gizi balita. Dengan penerapan aturan makan yang terstruktur, diharapkan anak dapat memperoleh asupan gizi yang lebih baik sehingga dapat mendukung peningkatan status gizi. Berdasarkan hal tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai pengaruh penerapan *Basic Feeding Rules* terhadap peningkatan berat badan balita gizi kurang di wilayah kerja Puskesmas Mangulewa.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana pengaruh penerapan *basic feeding rules* terhadap peningkatan berat badan balita gizi kurang di Wilayah Kerja Puskesmas Mangulewa?”.

1.3 Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh penerapan *basic feeding rules* terhadap peningkatan berat badan anak balita gizi kurang di Wilayah Kerja Puskesmas Mangulewa.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi kenaikan berat badan anak balita gizi kurang sebelum penerapan *Basic feeding Rules* di wilayah kerja Puskesmas Mangulewa.
- b. Mengidentifikasi kenaikan berat badan anak balita gizi kurang sesudah penerapan *basic feeding rules* di wilayah kerja Puskesmas Mangulewa.
- c. Analisis pengaruh penerapan *Basic Feeding Rules* pada anak balita gizi kurang di wilayah kerja Puskesmas Mangulewa.

1.4 Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memperkaya bidang gizi masyarakat dan kesehatan anak dengan menyoroti peran protokol pemberian makan terstruktur. Selain itu, ini bertujuan untuk memberikan dasar yang kuat bagi lembaga pendidikan dan studi selanjutnya yang berfokus pada optimalisasi nutrisi anak dan metodologi pemberian makan.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Orang Tua atau Pengasuh Balita

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman orang tua atau pengasuh mengenai aturan makan yang tepat sehingga dapat diterapkan secara konsisten dalam kehidupan sehari-hari untuk membentuk perilaku makan yang sehat dan membantu perbaikan status gizi balita.

b. Bagi Puskesmas

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan evaluasi dan masukan dalam perencanaan program promosi kesehatan serta edukasi gizi yang lebih menarik dan inovatif, khususnya terkait praktik pemberian makan balita berbasis *Basic Feeding Rules* sebagai salah satu pendekatan dalam penanganan gizi kurang.

c. Bagi Balita

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan dampak positif terhadap perbaikan perilaku makan dan status gizi pada balita yang mengalami gizi kurang.

d. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kemampuan peneliti dalam menganalisis masalah penelitian terkait intervensi *feeding rules* serta dalam menyusun karya ilmiah secara sistematis dan ilmiah.

1.5 Keaslian Penelitian

No	Peneliti	Judul Penelitian	Desain Penelitian	Tempat Penelitian	Persamaan Penelitian	Perbedaan Penelitian
1	Dewi Sartika, Sri Wahyuni	Hubungan Praktik Pemberian Makan dengan Status Gizi Balita	Desain cross-sectional dengan pendekatan kuantitatif	-	Sama-sama membahas praktik pemberian makan pada balita	Penelitian sebelumnya hanya melihat hubungan, sedangkan penelitian ini menekankan intervensi Basic Feeding Rules untuk meningkatkan praktik pemberian makan
2.	Nur Aini, Rahmawati	Pengaruh Edukasi Gizi terhadap Perilaku Ibu dalam Pemberian Makan Balita	Pre-experimental dengan one group pretest-posttest	Puskesmas wilayah Jawa Timur	Sama-sama meneliti perilaku ibu dalam pemberian makan balita	Penelitian sebelumnya berfokus pada edukasi umum gizi, sedangkan penelitian ini lebih spesifik pada penerapan

						Basic Feeding Rules
3.	Siti Khadijah, Lilis Suryani	Faktor yang Berhubungan dengan Pola Makan Balita	Desain cross-sectional	Wilayah Kerja Puskesmas Panambungan Kota Makassar	Sama-sama meneliti tentang kejadian status gizi kurang pada balita	Penelitian sebelumnya meneliti faktor yang berhubungan, sedangkan penelitian ini memberikan intervensi langsung berupa aturan dasar pemberian makan
4.	Annif Munjidah, Esty Puji Rahayu (2020)	Pengaruh Penerapan Feeding Rules sebagai Upaya Mengatasi Masalah Makan pada Anak	Desain pre-eksperimental	STIKES Cendekia Utama Kudus	Sama-sama meneliti penerapan feeding rules	Penelitian sebelumnya fokus pada masalah makan, sedangkan penelitian ini fokus pada status gizi atau perilaku makan secara umum
5.	Halimatus Saida, Dhita Kris Prasetyanti, Fauzia Laili, Yeni Lufiana Novita Agnes, Ika Zakiah (2025)	Hubungan Antara Pola Pemberian Makan Basic Feeding Rule Dengan Status Gizi Balita	Desain penelitian yang digunakan adalah penelitian lapangan, <i>cross sectional</i> dan penelitian primer	-	Sama-sama membahas hubungan feeding rules dengan status gizi balita	Penelitian sebelumnya hanya melihat hubungan, sedangkan penelitian ini menggunakan pendekatan intervensi untuk melihat perubahan

Berdasarkan analisis beberapa penelitian sebelumnya yang berkaitan dengan status gizi balita, sebagian besar penelitian hanya meneliti faktor-faktor yang memengaruhi status gizi atau hubungan antara pola makan dengan status gizi balita menggunakan desain observasional seperti cross-

sectional atau tinjauan literatur. Penelitian-penelitian tersebut menunjukkan bahwa pola makan memiliki peran penting terhadap status gizi balita. Namun, penelitian yang secara khusus mengkaji pengaruh penerapan aturan pemberian makan (*Basic Feeding Rules*) terhadap peningkatan berat badan balita gizi kurang masih terbatas. Oleh karena itu, kebaruan penelitian ini terletak pada penerapan intervensi *Basic Feeding Rules* kepada orang tua atau pengasuh balita gizi kurang serta pengukuran perubahan berat badan balita sebelum dan sesudah intervensi dengan desain pre-experimental one-group pretest-posttest. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan bukti empiris mengenai efektivitas penerapan *Basic Feeding Rules* dalam meningkatkan berat badan balita gizi kurang di wilayah kerja Puskesmas Mangulewa.