

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Para ibu mempunyai banyak pengetahuan tentang gizi, termasuk apa saja yang dimaksud dengan makan sehat, makanan apa saja yang baik untuk tipe orang tertentu, serta cara memilih, menyiapkan, dan mengolah makanan yang benar. Status gizi balita akan dipengaruhi oleh pemahaman gizi yang tidak memadai, dan akan menjadi tantangan bagi keluarga dalam memilih makanan sehat untuk anak mereka. Salah satu faktor kunci dalam menilai seseorang sehat adalah pengetahuannya tentang nutrisi dan makanan yang perlu dimakan agar sehat. Beratnya permasalahan gizi di Indonesia juga dipengaruhi oleh tingkat pendidikan gizi ibu (Saleh dkk., 2023). Pengetahuan memainkan peran utama dalam membentuk perilaku seseorang karena, seperti yang ditunjukkan oleh penelitian dan pengalaman, perilaku berbasis pengetahuan lebih tangguh dibandingkan perilaku berbasis ketidaktahuan. Peningkatan pemahaman individu terhadap masalah kesehatan dapat berperan besar dalam melindungi balita dari masalah status gizi. Sikap ibu akan dibentuk oleh pengetahuannya, dan pada akhirnya ia akan belajar lebih banyak tentang cara memberikan pola makan yang sehat kepada anak.

Selain itu, konsumsi makronutrien pada balita seperti lemak, protein, dan karbohidrat juga penting. Sumber energi utama adalah karbohidrat; pertumbuhan dan perkembangan memerlukan protein; dan perkembangan otak serta fungsi tubuh lainnya membutuhkan lemak. Tubuh membutuhkan banyak nutrisi yang dikandung makanan. Tiga nutrisi yang dipertimbangkan adalah lemak, protein, dan karbohidrat. Makanan tinggi protein antara lain ikan, tempe, telur; makanan rendah lemak antara lain minyak, daging, dan ayam; makanan tinggi karbohidrat antara lain nasi, jagung, dan ubi jalar. Makronutrien terutama digunakan sebagai sumber energi, untuk membangun struktur tubuh, dan untuk menggantikan sel-sel tubuh yang rusak (Hapzah, 2022).

Selain konsumsi pangan, pengetahuan gizi—yaitu pemahaman individu terhadap ilmu gizi, zat gizi, dan cara zat gizi berinteraksi satu sama lain sehingga mempengaruhi kesehatan dan status gizi—juga mempengaruhi status gizi (Nova & Rahmita, 2018). Memahami nutrisi secara umum sangat membantu dalam memilih

bahan makanan dan dalam merawat manusia. Jika dibandingkan dengan seseorang yang tingkat pengetahuannya baik, maka seseorang yang tingkat pengetahuannya buruk akan kesulitan dalam menerima informasi di bidang gizi. Seseorang dapat belajar dari pengalaman orang lain atau dari pengalamannya sendiri. Apabila kita dapat memperoleh cukup zat-zat gizi yang dibutuhkan tubuh dari makanan yang kita makan, maka setiap orang akan berada pada status gizi yang baik atau optimal. Untuk mencapai kondisi gizi seimbang, pengetahuan gizi sangat penting untuk memilih dan memanfaatkan bahan makanan yang berkualitas (Utama & Demu, 2021).

Sejumlah hal, antara lain pola makan yang tidak seimbang, infeksi menular, dan ketidakmampuan keluarga dalam memenuhi kebutuhan pangan setiap orang baik dari segi kuantitas maupun kualitas gizi, dapat berkontribusi terhadap permasalahan gizi pada anak. Ketidakmampuan keluarga dalam memberikan waktu, perhatian, dan dukungan yang dibutuhkan anak untuk tumbuh dan berkembang semaksimal mungkin secara mental, sosial, dan fisik merupakan faktor lain yang berkontribusi terhadap masalah gizi (Susanti dkk., 2014).

Sungguh memprihatinkan mengingat dampak kelaparan pada balita di masa depan. Pertumbuhan balita bukanlah satu-satunya masalah; Hal ini juga dapat menghambat perkembangan fungsi otak balita, mengganggu pertahanan tubuh, dan membuat balita tidak memiliki tenaga untuk melakukan aktivitas sehari-hari. Gizi yang berlebihan juga dapat menimbulkan dampak negatif, seperti peningkatan peluang terjadinya obesitas dan penyakit degeneratif di kemudian hari. Oleh karena itu, menjaga status gizi balita sangatlah penting, hal ini memerlukan pengetahuan ibu yang kuat karena pemahaman ibu tentang apa saja yang dimaksud dengan pola makan sehat bagi anaknya akan berdampak positif terhadap status gizi anak. Tingkat pendidikan seorang ibu dapat mempengaruhi tingkat pengetahuannya. Ibu dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi cenderung memiliki lebih banyak informasi tentang apa yang dimaksud dengan pola makan sehat. Salah satu variabel yang mempengaruhi status gizi balita adalah asupan gizinya (Toby, 2021).

Anak-anak yang menginjak usia satu tahun pada tahun ini dianggap balita, atau lebih luas lagi, anak balita. Tahap krusial dalam proses pertumbuhan dan perkembangan manusia adalah masa balita. Kesiapan keluarga untuk mengubah lingkungan dan cara hidupnya sangat bergantung pada berat badan dan status pertumbuhan anak (overweight atau underweight) (Kalsum, 2015).

Frekuensi kejadian stunting pada balita pada tahun 2016 sebesar 22,9% atau sekitar 154,8 juta balita menurut data WHO tahun 2018. Menurut data yang dikumpulkan dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) pada tahun 2018, Indonesia merupakan salah satu negara dengan tingkat stunting terburuk di antara negara-negara Asia Tenggara pada anak balita (Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan, 2018). Dengan kata lain, target WHO yang kurang dari 20% belum dipenuhi oleh Indonesia, karena negara ini masih memiliki prevalensi kasus stunting di atas 20% (Yuningsih, 2022).

Berdasarkan hasil Riskesdas 2018 diketahui bahwa proporsi status gizi buruk dan gizi kurang pada balita di Indonesia sebesar 17,7% yang terdiri dari 3,9% gizi buruk dan 13,8% gizi kurang. Proporsi terendah status gizi buruk dan gizi kurang pada tahun 2018 terdapat di provinsi kepulauan Riau sebesar 13,0% dan proporsi tertinggi status gizi buruk dan gizi kurang pada tahun 2018 terdapat diprovinsi Nusa Tenggara Timur sebesar 29,5% ." (Saleh et al., 2023).

Menurut data SSGI tahun 2021 prevelensi balita stunting di Nusa Tenggara Timur adalah 37,8% dan prevelensi balita stunting di Kabupaten Timor Tengah selatan adalah 48,3%. Prevelensi wasted di Nusa Tenggara Timur adalah 10,1% dan prevelensi balita wasted di Kabupaten Timor Tengah Selatan adalah 10,8%. Prevelensi underweight di Nusa Tenggara Timur adalah 29,3% dan prevelensi balita underweight di Kabupaten Timor Tengah Selatan adalah 40,4% (Demu, 2023).

Data kota Kupang menunjukkan bahwa prevelensi menempati urutan ke-14 dari 22 kabupaten di Nusa Tenggara Timur dengan proporsi balita underweight 26,2 %

Temuan operasi penimbangan di Puskesmas Oesapa pada Agustus 2023 adalah sebagai berikut: dari 4.329 balita usia 0-59 tahun, sebanyak 727 balita berstatus gizi buruk (BB/U), mewakili 16,79% dari seluruh balita; terdapat juga 570 balita dengan status gizi pendek (TB/U), mewakili 13,16% dari seluruh balita. Sebanyak 225 balita atau 5,19% dari seluruh balita mempunyai status gizi sangat pendek (TB/U). Terdapat 533 balita dengan status gizi rendah (BB/TB) atau 12,31% dari seluruh balita.

Berdasarkan temuan penimbangan yang dilakukan di Posyandu Bunda 2 Kecamatan Oesapa Barat ditemukan 109 balita yang mempunyai status gizi 14,67% underweight/U dan 1,83% overweight/weight.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana hubungan pengetahuan gizi ibu dan asupan zat gizi makro dengan status gizi balita (usia 0-59 bulan) di Posyandu Bunda 2 Kelurahan Oesapa Barat Kota Kupang”

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Untuk mengetahui bagaimana hubungan pengetahuan gizi ibu dan asupan zat gizi makro dengan status gizi balita (usia 0-59 bulan) di Posyandu Bunda 2 Kelurahan Oesapa Barat Kota Kupang

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Untuk mengetahui pengetahuan gizi ibu balita (usia 0-59 bulan) di Posyandu Bunda 2 Kelurahan Oesapa Kota Kupang
- b. Untuk mengetahui asupan zat gizi makro balita (usia 0-59) di Posyandu Bunda 2 Kelurahan Oesapa Barat Kota Kupang
- c. Untuk mengetahui status gizi balita (usia 0-59) di Posyandu Bunda 2 Kelurahan Oesapa Barat Kota Kupang
- d. Untuk mengetahui hubungan pengetahuan gizi ibu dengan asupan zat gizi balita (usia 0-59) di Posyandu Bunda 2 Kelurahan Oesapa Barat Kota Kupang
- e. Untuk mengetahui hubungan asupan zat gizi makro dengan status gizi balita (usia 0-59 bulan) di Posyandu Bunda 2 Kelurahan Oesapa Barat Kota Kupang

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Bagi Masyarakat**

Menambah wawasan dan pengetahuan tentang kesehatan khususnya mengenai pengetahuan gizi ibu, asupan zat gizi makro terhadap status gizi pada balita

### **2. Bagi Institusi**

Sebagai salah satu sumber informasi bagi mahasiswa yang dapat digunakan sebagai bahan acuan penelitian

### **3. Bagi Peneliti**

Meningkatkan pengetahuan tentang penerapan hidup sehat terutama dalam status gizi pada balita (0-59 bulan)

## E. Keaslian Penelitian

**Table 1. Keaslian Penelitian**

<b>Nama Peneliti</b>	<b>Judul</b>	<b>Persamaan</b>	<b>Perbedaan</b>
(Febriani et al., 2019).	Pengetahuan Ibu dan Asupan Zat Gizi Makro Berhubungan dengan Kejadian Gizi Kurang pada Anak Usia 12-24 Bulan.	Sama-sama meneliti variabel bebas yaitu pengetahuan ibu dan asupan zat gizi makro	<p>1. Kejadian gizi buruk merupakan variabel terikat pada penelitian terdahulu, sedangkan status gizi merupakan variabel terikat pada penelitian ini.</p> <p>2. Anak-anak di Kelurahan Panorama Kota Bengkulu yang berusia antara 12 dan 24 bulan menjadi subjek penelitian pada penelitian sebelumnya.</p> <p>Pada penelitian kali ini balita di Posyandu Bunda 2 Kelurahan Oesapa Barat Kota Kupang dijadikan sebagai sampel penelitian.</p>
(Ariani, 2022).	Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu, Pemberian ASI Eksklusif dan Konsumsi Zat Gizi Makro Dengan Status Gizi Baduta di Puskesmas Tabanan II	<p>1. Sama-sama meneliti variabel bebas yaitu pengetahuan ibu</p> <p>2 Sama-sama meneliti variabel terikat yaitu status gizi</p>	<p>1. Tingkat pengetahuan ibu, pemberian ASI eksklusif, dan konsumsi zat gizi makro merupakan variabel independen yang diteliti pada penelitian terdahulu; dalam penelitian ini, pengetahuan ibu dan asupan makronutrien merupakan variabel independen yang dievaluasi.</p> <p>2. Sedangkan sampel penelitian yang diteliti pada penelitian ini adalah balita di Posyandu Bunda 2 Kelurahan Oesapa Barat Kota Kupang, sedangkan sampel penelitian yang diteliti pada penelitian sebelumnya adalah balita di Puskesmas Tabanan II.</p>