

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Anak-anak yang kuat, sehat dan cerdas adalah modal dan kekuatan bangsa Indonesia. Faktor penting penunjangnya adalah kecukupan gizi harian anak sekolah, serta makanan yang disajikan di rumah, makanan olahan kemasan, makanan siap saji (BADAN POM RI, 2013). Anak-anak batita adalah salah satu populasi yang paling rentan terhadap masalah gizi. Mereka mengalami pertumbuhan dan perkembangan cepat sehingga membutuhkan suplai makanan dan nutrisi yang cukup. Anak-anak yang mengalami kekurangan gizi, akan berdampak negatif terhadap pertumbuhan dan perkembangan mereka. (Ramlah, 2021)

Gizi merupakan faktor mutlak yang dibutuhkan tubuh dalam proses pertumbuhan dan perkembangan. Kebutuhan gizi setiap orang berbeda-beda Menurut usia, jenis kelamin, dan tingkat aktivitas. Kebutuhan gizi anak berbeda dengan orang dewasa, anak membutuhkan lebih banyak dibandingkan dengan orang dewasa (Rahmi, 2020). Sebagaimana tercantum dalam Pasal 141 Undang-Undang Nomor 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan, upaya perbaikan gizi masyarakat bertujuan untuk meningkatkan kualitas gizi bagi individu dan masyarakat. Pedoman Gizi Seimbang (PUGS) Indonesia dan pelaksanaan Perilaku Makan Seimbang sebagai Tujuan Keluarga Sadar Gizi (Kadarzi) (Setiawan & Triayudi, 2022).

Masalah gizi pada Batita menyebabkan konsekuensi yang serius. Karena masalah gizi tersebut, seperti kegagalan perkembangan fisik, pertumbuhan dan kecerdasan yang kurang optimal, bahkan menyebabkan kematian anak usia dini. Efek jangka pendek dari malnutrisi terhadap perkembangan Batita termasuk gangguan bicara, lainnya efek jangka panjang adalah berkurangnya kecerdasan intelektual (IQ), berkurangnya perkembangan kognitif dan integrasi sensorik (Husna & Izzah, 2021). Kebutuhan gizi anak usia 1 sampai 3 tahun meningkat karena ini merupakan era pertumbuhan dan aktivitas yang cepat meningkat. Demikian pula anak-anak sudah punya pilihan makanan favorit, termasuk makanan ringan. Oleh sebab itu ibu harus memberikan makanan dengan variasi gizi yang seimbang sesuai dengan makanan yang digemari anak.

Tujuan dari Pedoman Gizi Seimbang adalah untuk memberikan pedoman konsumsi makanan sehari-hari dan perilaku sehat berdasarkan prinsip konsumsi makanan bergizi seimbang, pola hidup bersih, olahraga, dan pengendalian berat badan yang teratur untuk mempertahankan berat badan normal. Kebutuhan gizi anak usia 1-3 tahun ialah membiasakan makan 3 kali dalam sehari yang kaya akan protein diantaranya ikan, telur, susu, tempe, dan tahu, mengonsumsi sayur mayur dan buah, membatasi Batita makan makanan ringan tinggi gula, garam serta lemak, penuhi kebutuhan air putih Batita, serta penuhi kebutuhan fisik serta bermain pada Batita setiap harinya (Permenkes, 2014).

Zat gizi terbagi menjadi 2, yaitu makronutrein (karbohidrat, protein dan lemak) dan mikronutrein (vitamin dan mineral). Tubuh manusia membutuhkan

berbagai makanan untuk menutupi semua nutrisi ini. Kekurangan atau kelebihan nutrisi dalam makanan menyebabkan kelainan atau penyakit. Oleh karena itu, perlu ditanamkan kebiasaan makan yang seimbang sejak dini, dengan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan masing-masing anak, guna mencapai tingkat kecerdasan dan kesehatan.

Aktivitas fisik sehari-hari membutuhkan energi atau bahan bakar, terutama diperoleh dari pola makan yang tinggi karbohidrat, lemak, dan protein. Bahan penyusun atau protein ini penting untuk pertumbuhan dan penggantian sel yang rusak yang berasal dari komponen makanan hewani atau nabati. Sementara itu, zat pengatur atau vitamin dan mineral berperan dalam proses metabolisme atau fungsinya organ-organ tubuh (BADAN POM RI, 2013).

Status gizi merupakan suatu kondisi keadaan tubuh seseorang sebagai hasil dari asupan makan yang dimakan dengan keseimbangan kebutuhan tubuh dan pengeluaran akibat aktivitas tubuh. Status gizi mencerminkan tingkat derajat kesehatan dan kemakmuran suatu daerah, negara, ataupun bangsa. Angka Indeks Pembangunan Manusia (APM) suatu negara sangat dipengaruhi oleh faktor status gizi ini. Status gizi yang baik menunjukkan sumber daya manusia yang bermutu dan unggul di suatu wilayah kabupaten/kota, provinsi maupun nasional. (Annas, 2022: 3)

*UNICEF-WHO-WORLD-BANK Team subnutrition* estimasi rilis 2021 menunjukkan bahwa prevalensi Balita kurang gizi terdapat 148,2 juta Balita dengan stunting, 38,9 juta Balita kelebihan berat badan, 45,4 juta Balita mengalami *wasting* parah diantaranya 13,6 juta Balita mengalami gizi buruk

(UNICEF, 2021). Berdasarkan Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2021 Masalah Gizi pada Balita di Indonesia menurut SSGI 2021 *Underweight* 17%, *Wasted* 7.1%, *Stunted* 24.4%, Angka *Underweight* Kota/Kab Semarang 10%, Angka *Wasted* Kab Semarang 5.9%, Angka *Stunted* Kab Semarang 16.4% (Kemenkes RI, 2021).

Masalah gizi tidak hanya disebabkan oleh faktor ekonomi atau kemiskinan, masalah gizi juga dipengaruhi oleh kurangnya pengetahuan, sikap dan perilaku dalam menciptakan pola hidup sehat. Banyaknya Balita gizi buruk di Indonesia menunjukkan bahwa kesadaran masyarakat tentang gizi masih kurang. Kurangnya pengetahuan dan kesadaran tentang kebutuhan dan nilai makanan pada Balita sering terjadi. Pengetahuan akan gizi sangat diperlukan oleh setiap orang tua anak, karena pengetahuan akan memberikan gambaran kepada mereka terhadap urgensi gizi yang dibutuhkan oleh balita (Hanim, 2020). Salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah kurangnya informasi. Pemberian informasi melalui pendidikan meningkatkan pengetahuan, menimbulkan kesadaran dan pada akhirnya, meskipun membutuhkan waktu, seseorang akan mengamalkan ilmu yang dimiliki (Dewi et al., 2021).

Komunikasi, Informasi dan Edukasi (KIE) Gizi Seimbang bertujuan agar dapat merubah perilaku semua lapisan masyarakat menggunakan komunikasi dua arah baik secara formal ataupun informal. Pendidikan gizi merupakan salah satu pendekatan edukatif yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan tentang gizi dan sasarnya. Diharapkan dengan adanya kegiatan

penyuluhan gizi yang ditujukan kepada ibu dengan memiliki Batita diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan sehingga prevalensi masalah gizi di masyarakat dapat berkurang. Salah satu media yang efektif dan efisien adalah media cetak seperti booklet (Permenkes, 2014).

Informasi yang baik dapat menimbulkan sikap dan perilaku yang positif, maka cara yang tepat untuk meningkatkan informasi adalah dengan menggunakan media sebagai pendidikan kesehatan. Salah satu penunjang proses pengumpulan informasi adalah media pendidikan, adanya media promosi kesehatan yang dapat menambah informasi, salah satunya adalah booklet. Media promosi kesehatan berupa inovasi media Pendidikan berupa media cetak. Media ini memuat topik dalam bentuk fisik yang unik, menarik dan fleksibel dan penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan pengetahuan dan sikap ibu dan sesudah media booklet tentang pedoman gizi seimbang pada Batita (Zahra et al., 2021).

Manfaat media booklet menjadikan booklet sebagai salah satu media yang tepat guna dalam pemberian pendidikan kesehatan. Syarat dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Lubis et al. (2022), bahwa salah satu media yang dapat digunakan sebagai media edukasi kesehatan ialah *booklet*. Media booklet merupakan media komunikasi massa yang bertujuan untuk menyalurkan pesan dengan metode promosi, larangan-larangan, dan anjuran kepada masyarakat dengan bentuk cetakan. Sehingga menjadi kemudahan tersendiri bagi untuk memberikan edukasi tentang peningkatan pengetahuan ibu terhadap kebutuhan

gizi balita. Booklet merupakan salah satu jenis media visual cetak yang dapat digunakan dalam proses pembelajaran (Panjaitan et al., 2021).

Menurut hasil penelitian (Cumayunaro et al., 2020) menunjukkan terdapat pengaruh signifikan dari Pendidikan Kesehatan dengan media booklet terhadap pengetahuan ibu dengan *p-value* 0,000 tentang melakukan Deteksi Dini Tumbuh Kembang (DDTK) pada Anak di Posyandu Padang. Zulaekah Dalam Listyarini dan Fatmawati 2020 : 101 menunjukkan bahwa Pemberian Pendidikan gizi pada ibu dengan metode booklet dapat memperbaiki tingkat pengetahuan ibu. Media booklet dipilih sebagai media Pendidikan kesehatan karena mampu menyebarkan informasi dalam waktu relative singkat, sehingga dapat meningkatkan pengetahuan ibu (Listyarini & Fatmawati, 2020).

Berdasarkan data dari Puskesmas Lerep dari 34 anak di Posyandu Angrek Dusun Keji didapatkan beberapa kategori 1) Gizi Normal 24 anak, 2) Gizi Kurang 2 anak, Risiko Gizi Lebih 3 anak, Gizi Lebih 2 anak ana Obesitas 1 anak. Studi pendahuluan yang telah dilakukan, ditemukan dari 10 ibu sudah mengetahui dengan baik gizi yang dibutuhkan bagi Batita. Namun, 4 dari 10 ibu belum memahami komposisi makanan yang harus dikonsumsi dalam pemenuhan energi Batita untuk sehari serta belum memahami tentang pentingnya aktivitas fisik yang harus dilakukan Batita dalam sehari.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, mejadi dasar dilaksanakannya program penelitian kepada masyarakat bahwa pengetahuan ibu sangat penting

bagi anak Batita. Diharapkan penelitian dengan menggunakan media booklet dapat meningkatkan kualitas gizi Batita terutama di wilayah kerja Puskesmas Lerep Kabupaten Semarang.

### **C. Tujuan Penelitian**

#### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui pengaruh Pemberian Pendidikan gizi melalui media booklet terhadap pengetahuan ibu tentang pedoman gizi seimbang Batita di wilayah kerja Puskesmas Lerep Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang.

#### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui pengetahuan ibu sebelum dilakukan Pendidikan gizi melalui media booklet terhadap pengetahuan ibu tentang pedoman gizi seimbang Batita di wilayah kerja Puskesmas Lerep Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang.
- b. Mengetahui pengetahuan ibu setelah dilakukan Pendidikan gizi melalui media booklet terhadap pengetahuan ibu tentang pedoman gizi seimbang Batita di wilayah kerja Puskesmas Lerep Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang.
- c. Mengetahui gambaran dan pengaruh Pendidikan gizi melalui media booklet terhadap pengetahuan ibu tentang pedoman gizi seimbang Batita di wilayah kerja Puskesmas Lerep Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang.

### **D. Manfaat Penelitian**

1. Manfaat Bagi Penulis

Penulis dapat mengetahui pengaruh pemberian pendidikan kesehatan melalui media booleet terhadap pengetahuan ibu tentang pedoman gizi seimbang Batita di wilayah kerja Puskesmas Lerep.

#### 2. Manfaat Bagi Keluarga Responden

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan tentang status gizi Batita sehingga orang tua dan keluarga lebih memperhatikan asupan gizi anaknya agar anaknya tumbuh dengan sehat.

#### 3. Manfaat Bagi Tenaga Kesehatan

Sebagai masukan untuk mencegah terjadinya gizi kurang pada anak sehingga produktivitas anak tetap terjaga dan meningkat.

#### 4. Manfaat Bagi Institusi Pendidikan Kesehatan

Menambah referensi tentang ilmu kesehatan anak dan masalahnya yang terjadi di lapangan sebagai pembuktian teori yang telah ada.

#### 5. Manfaat Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai bahan acuan untuk pengembangan penelitian tentang pedoman gizi seimbang Batita demi menjaga kesehatan anak.