

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Tahap pertumbuhan dan perkembangan anak yang paling signifikan terjadi pada masa keemasan (*golden age*), yakni saat anak dalam usia di bawah lima tahun atau masih dalam kategori balita. Pada rentang usia 24 – 60 bulan, balita membutuhkan perhatian khusus karena mereka memerlukan asupan gizi yang cukup dan seimbang untuk mencegah masalah gizi. Di usia ini, perkembangan anak berlangsung sangat cepat, sehingga mereka termasuk dalam kelompok yang rentan dan risikonya tinggi menghadapi gangguan kesehatan, terutama yang berkaitan dengan status gizi (Ruhayati et al., 2024).

Nutrisi merupakan komponen utama dalam makanan yang diperlukan tubuh guna mendukung pertumbuhan serta menjaga fungsi tubuh tetap optimal. Gizi mencakup proses tubuh menggunakan makanan yang dikonsumsi, termasuk pencernaan, penyerapan, dan metabolisme untuk mendukung kehidupan, pertumbuhan dan fungsi organ tubuh (Juairia et al., 2022). Kebutuhan gizi pada balita mengalami peningkatan dibandingkan dengan tahap usia sebelumnya. Nutrien memegang peranan vital dalam menunjang pertumbuhan serta perkembangan fisik secara keseluruhan. Karena gizi diperoleh dari beragam jenis makanan, maka pemberian makanan pada anak dalam masa tumbuh kembang perlu mendapat perhatian serius, baik dari segi kandungan gizinya maupun variasi jenis makanannya (‘Aliah Istiqomah et al., 2024).

Berbagai permasalahan gizi masih menjadi tantangan di Indonesia, seperti tingginya angka stunting (19,8%), underweight atau berat badan kurang (19,8%), dan wasting atau kondisi kurus (7,7%). Menurut data survei status gizi Indonesia (SSGI) tahun 2023 di Jawa tengah prevalensi stunting sebesar 20.8%, underweight sebesar 17,6% dan wasting (kurus) sebesar 0,53%. Di Kabupaten Semarang prevalensi stunting sebesar 6,8%, underweight sebesar 3,90% dan wasting (kurus) sebesar 3,94% (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa, 2023)

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kabupaten Semarang tahun 2024, dari 2.071 balita yang ditimbang di wilayah kerja Puskesmas Sumowono, ditemukan bahwa 6,8% balita mengalami gizi kurang berdasarkan indeks Berat Badan per Umur (BB/U), 4,1% mengalami stunting atau pendek berdasarkan indeks Tinggi Badan per Umur (TB/U), serta 3,1% mengalami gizi kurang (kurus) berdasarkan indeks Berat Badan per Tinggi Badan (BB/TB). Meskipun persentase tersebut terbilang lebih rendah dibandingkan beberapa wilayah kerja Puskesmas lainnya, Puskesmas Sumowono berada pada peringkat ke-14 dalam masalah status gizi balita di Kabupaten Semarang. Hal ini menunjukkan bahwa permasalahan gizi pada balita di wilayah tersebut masih perlu mendapat perhatian serius guna mendukung pemenuhan gizi seimbang dan pertumbuhan optimal anak (BPS, 2024).

Status gizi sendiri menjadi faktor krusial dalam mendukung tumbuh kembang balita, sekaligus menjadi indikator kesehatan dan pertumbuhan anak yang berdampak kepada kelangsungan hidup serta standar sumber daya manusia di masa mendatang (W. D. Pratiwi & Muhlisin, 2025)

Permasalahan gizi pada anak balita dapat menimbulkan dampak serius,

baik dalam waktu dekat maupun jangka panjang. Ketidakseimbangan asupan gizi dapat menghambat pertumbuhan fisik, mengganggu perkembangan intelektual, bahkan meningkatkan risiko kematian pada usia dini. Dalam jangka pendek, balita dengan gizi buruk cenderung menunjukkan sikap apatis, mengalami keterlambatan bicara, serta hambatan perkembangan lainnya. Sementara dalam jangka panjang, kurangnya asupan nutrisi dapat berakibat pada penurunan tingkat IQ, gangguan perkembangan kognitif, disfungsi integrasi sensori, kesulitan memusatkan perhatian, dan menurunnya rasa percaya diri. Seluruh dampak ini dapat berpengaruh langsung terhadap rendahnya pencapaian akademik saat anak memasuki usia sekolah (Oktavia et al., 2017).

Persoalan gizi pada balita diakibatkan oleh beberapa aspek yang saling bersangkutan, baik ekonomi, sosial budaya, maupun teknis. Faktor kemiskinan menjadi penyebab utama, dengan indikator berupa taraf ekonomi keluarga yang diukur melalui garis kemiskinan. Selain itu, faktor sosial budaya juga berpengaruh, terutama stabilitas keluarga anak-anak yang lahir dalam keluarga dengan frekuensi tinggi nikah-cerai-rujuk cenderung lebih rentan mengalami gizi kurang. Faktor demografi seperti susunan dan pola kegiatan penduduk turut memengaruhi. Kurangnya pengetahuan dan keterampilan ibu dalam hal memasak, penyusunan menu anak, dan keragaman bahan makanan juga berdampak pada asupan gizi, bahkan dapat menimbulkan kejenuhan psikologis anak terhadap makanan. Tak kalah penting, pengadaan dan distribusi pangan yang tidak merata dilihat dari neraca bahan pangan dan nilai kecukupan gizi menjadi penyebab terjadinya masalah gizi di masyarakat (Ramlah, 2021).

Salah satu faktor yang berperan penting dalam menentukan status gizi balita ialah wawasan ibu mengenai keperluan gizi. Ibu sebagai orang yang paling dekat dan memiliki peran utama dalam pemenuhan kebutuhan dasar anak, sangat menentukan cara makan anak harian. Pengetahuan ibu mengenai gizi, mulai dari pentingnya pemberian ASI eksklusif, pengenalan MP-ASI yang tepat, hingga variasi makanan dan kebutuhan kalori anak sesuai usianya, sangat berpengaruh terhadap praktik pemberian makanan dan pada akhirnya status gizi anak. Namun, individu yang tidak memiliki pengetahuan memadai mengenai gizi cenderung memilih makanan secara sembarangan tanpa memperhatikan kandungan nutrisi yang dibutuhkan tubuh (A. N. Olsha et al., 2022). Wawasan ibu mengenai kebutuhan gizi ialah aspek dasar dan fundamental yang memberi dampak tindakan ibu dalam mengatur asupan makanan anak. Ibu umumnya menjadi penanggung jawab utama dalam hal pemberian makanan sehari-hari kepada balita, sehingga tingkat pengetahuannya tentang gizi sangat berpengaruh langsung kepada status gizi anak.

Ibu sebagai pengasuh utama anak memiliki peran sentral dalam menentukan jenis dan kualitas makanan yang dikonsumsi balita. Pengetahuan gizi yang dimiliki ibu akan memengaruhi pemilihan bahan makanan, cara pengolahan, serta jadwal dan porsi pemberian makan, yang pada akhirnya berpengaruh pada status gizi anak. Ibu dengan tingkat pengetahuan dan perilaku gizi yang baik cenderung memberikan asupan bergizi seimbang serta membentuk kebiasaan makan sehat pada anak, sehingga dapat mencegah tiga beban malnutrisi seperti stunting, wasting, dan underweight (Astuti & Wicaksono, 2023). Tingkat Pendidikan dan pekerjaan ibu juga berkontribusi

terhadap pola makan anak, di mana ibu berpendidikan lebih tinggi umumnya menyediakan makanan bervariasi dan kaya gizi, sedangkan keterbatasan waktu pada ibu bekerja dapat memengaruhi pilihan makanan anak (Hartriyanti et al., 2024). Perilaku ibu yang positif dalam pemberian makan seperti mengatur jadwal makan, memilih menu sehat, dan membiasakan makan tepat waktu sehingga terbukti mengurangi resiko anak mengalami sulit makan (Setiarsih & Habibi, 2021). Selain itu, dukungan keluarga dan lingkungan juga mendukung ibu dalam memenuhi kebutuhan gizi anak usia 1-5 tahun secara optimal (Ningsih et al., 2023). Dengan demikian, peran ibu dalam pengasuhan makanan tidak hanya sebatas memenuhi rasa kenyang anak, tetapi juga membentuk fondasi Kesehatan jangka panjang sejak usia dini.

Namun, dalam kenyataannya, masih banyak ibu yang mendapati wawasan gizi yang tidak memadai. Faktor seperti tingkat pendidikan, sosial ekonomi, serta akses terhadap informasi gizi yang benar turut memengaruhi tingkat pengetahuan ibu (Herlambang et al., 2021). Banyak ibu yang belum mengerti urgensinya makanan bergizi seimbang, atau masih mempraktikkan kebiasaan pemberian makan yang tidak sesuai dengan kebutuhan balita. Akibatnya, meskipun makanan tersedia, status gizi anak tetap tidak optimal (Farkha et al., 2025).

Berdasarkan penelitian (Muhanifah et al., 2025b) yang dilangsungkan di Desa Candinata, Kecamatan Kutasari, Kabupaten Purbalingga. Dari analisis terhadap 102 ibu balita, ditemukan terdapat keterkaitan erat antara wawasan ibu tentang gizi dengan status gizi anaknya, ditunjukkan oleh koefisien korelasi 0,799 dan nilai $p=0,000$ ($p<0,05$). Hasil ini konsisten dengan penelitian lain yang juga membuktikan adanya pengaruh signifikan pengetahuan gizi ibu

terhadap status gizi balita. Dari 45 responden, ibu dengan pengetahuan baik sebanyak 64,4% dan balita dengan status gizi baik sebanyak 66,7%. Hasil uji chi-square menunjukkan nilai $p = 0,02$ ($p < 0,05$), yang menandakan korelasi yang bermakna antara pengetahuan ibu dan status gizi balita (ILyas & Gamay, 2023).

Hasil studi awal di Puskesmas Sumowono mencatat bahwa dari 2.045 balita, sebanyak 27,26% mengalami stunting, 17,68% tergolong underweight, dan 32,98% mengalami wasting. Wawancara terhadap 10 ibu balita menunjukkan bahwa enam di antaranya belum memahami konsep gizi seimbang, sedangkan empat lainnya telah memahami. Berdasarkan status gizi anak, terdapat empat anak yang mengalami stunting, tiga dengan wasting, dan tiga lainnya memiliki status gizi normal.

Melihat kondisi tersebut, penting untuk dilakukan penelitian tentang keterkaitan Pengetahuan ibu mengenai nutrisi yang sama dengan status gizi balita. Penelitian ini ditujukan mampu memberikan gambaran yang lebih jelas mengenai pengaruh pengetahuan ibu terhadap kondisi gizi anak, serta menjadi dasar bagi upaya peningkatan edukasi dan perbaikan intervensi kesehatan masyarakat khususnya di wilayah kerja Puskesmas Sumowono.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini ialah apakah ada mengetahui hubungan pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan status gizi balita di Wilayah Kerja Puskesmas Sumowono.

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan pengetahuan ibu tentang gizi seimbang

dengan status gizi balita di Wilayah Kerja Puskesmas Sumowono.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi gambaran pengetahuan ibu tentang gizi di Wilayah Kerja Puskesmas Sumowono.
- b. Mengetahui status gizi balita di Wilayah Kerja Puskesmas Sumowono.
- c. Menganalisis hubungan antara pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan status gizi balita di Wilayah Kerja Puskesmas Sumowono.

D. Manfaat

1. Manfaat bagi masyarakat

Melalui penelitian ini, diharapkan ibu-ibu balita memiliki kesadaran lebih tinggi akan pentingnya gizi seimbang, sehingga dapat membentuk pola makan sehat yang bermanfaat bagi pertumbuhan dan perkembangan anak secara optimal.

2. Manfaat bagi tenaga kesehatan

Hasil penelitian ini bisa menjadi bahan evaluasi dan referensi dalam merancang program edukasi gizi yang lebih efektif bagi masyarakat, khususnya ibu balita di wilayah penelitian

3. Manfaat bagi Institusi

Penelitian ini bisa dijadikan sumber keterangan guna institusi pendidikan atau institusi kesehatan dalam mengembangkan materi penyuluhan dan pelayanan gizi masyarakat, serta memperkuat kerja sama lintas sektor dalam usaha peningkatan status gizi anak.

4. Manfaat bagi penelitian lain

Temuan dari penelitian ini dikehendaki bisa membagikan korelasi awal

sebagai acuan dalam penelitian selanjutnya yang berfokus pada analisis faktor-faktor yang memengaruhi gizi anak atau pengembangan strategi intervensi komunitas.

5. Manfaat bagi peneliti

Penelitian ini menyampaikan peristiwa langsung dalam proses pengumpulan dan analisa data lapangan, serta menambah pengetahuan dan keterampilan peneliti dalam bidang kesehatan masyarakat, khususnya mengenai gizi balita.