

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Balita adalah anak yang berumur 0-59 bulan, pada masa ini ditandai dengan proses pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat dan disertai dengan perubahan yang memerlukan zat-zat gizi yang jumlahnya lebih banyak dengan kualitas yang tinggi. Pada masa ini tumbuh kembang sel-sel otak anak begitu pesat sehingga membutuhkan asupan nutrisi dan stimulus yang mendukung secara optimal. Balita sangat rentan terhadap kelainan gizi karena pada saat ini mereka membutuhkan nutrisi yang optimal untuk pertumbuhan dan perkembangannya. Selain itu juga balita sangat pasif terhadap asupan makannya sehingga balita akan sangat bergantung pada orang tuanya (Setyawati & Hartini, 2018). Akan tetapi, balita termasuk kelompok yang rawan gizi serta mudah menderita kelainan gizi karena kekurangan makanan yang dibutuhkan. Konsumsi makanan memegang peranan penting dalam pertumbuhan fisik dan kecerdasan anak sehingga konsumsi makanan berpengaruh besar terhadap status gizi anak untuk mencapai pertumbuhan fisik dan kecerdasan anak (Ariani, 2017). Gizi atau nutrisi merupakan suatu komponen yang paling penting dalam menunjang keberlangsungan proses pertumbuhan dan perkembangan dimana gizi merupakan elemen yang terdapat dalam makanan dan dapat dimanfaatkan secara langsung oleh tubuh (Gizi et al., 2018).

Status gizi di Indonesia pada balita yang sekarang masih menjadi permasalahan diantaranya masalah gizi kurang, gizi buruk, dan stunting. Masalah gizi yang sering terjadi pada anak balita adalah gizi kurang. Gizi kurang adalah gangguan kesehatan akibat kekurangan atau ketidakseimbangan zat gizi yang diperlukan untuk pertumbuhan, aktivitas berpikir, dan semua hal yang berhubungan dengan kehidupan (Iskandar et al., 2013). UNICEF (dalam Dirien Gizi 2004) mengemukakan bahwa faktor-faktor penyebab gizi kurang dapat dilihat dari penyebab langsung dan tidak langsung. Faktor penyebab langsung yaitu makanan tidak seimbang atau asupan makanan yang dikonsumsi balita tidak memenuhi yang seharusnya sehingga menyebabkan status gizi bermasalah dan penyakit infeksi, sedangkan faktor penyebab tidak langsung yaitu ketahanan pangan di keluarga, pola pengasuhan anak serta pelayanan kesehatan anak dan

lingkungan (Sholikah, Rustiana dan Yuniastuti, 2017).

Berdasarkan hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022, prevalensi gizi kurang pada anak balita sebesar 7,7% pada tahun 2022, meningkat 0,6% dari tahun sebelumnya. Sedangkan prevalensi gizi kurang pada balita di Jawa Timur sebesar 7,2%. Dari prevalensi gizi kurang tersebut banyak terdapat pada balita usia 0-59 bulan. Salah satu kabupaten di Jawa Timur yang juga memiliki prevalensi balita gizi kurang yaitu Kabupaten Malang sebesar 3,2%. Data dari Puskesmas Poncokusumo pada tahun 2023 Kecamatan Poncokusumo juga masih terdapat masalah gizi kurang dengan prevalensi 1,95%. Juga terdapat permasalahan gizi pada balita di Desa Pandansari yaitu sebesar 2,94% balita dengan status gizi kurang. Rendahnya asupan energi serta protein yang terjadi pada balita akan menyebabkan peningkatan risiko 1,8 kali lebih besar memiliki status gizi kurang (Soumokil, 2017).

Asupan zat gizi adalah salah satu penyebab langsung yang dapat mempengaruhi status gizi balita. Asupan zat gizi juga dapat diperoleh dari beberapa zat gizi, diantaranya seperti zat gizi makro seperti energi karbohidrat, protein dan lemak. Zat gizi makro ialah zat gizi yang dibutuhkan dalam jumlah besar oleh tubuh dan sebagian besar berperan dalam penyediaan energi. Tingkat asupan zat gizi makro dapat mempengaruhi terhadap status gizi balita (Diniyah et al., 2017). Asupan zat gizi secara kuantitas dapat dilihat dari tingkat kecukupan asupan zat gizi, baik mikro ataupun makro. Kebutuhan zat gizi makro yang tidak tercukupi dapat mengakibatkan beberapa masalah kesehatan. Rendahnya asupan energi dan protein pada balita akan meningkatkan resiko terjadinya kekurangan energi protein dan kekurangan energi kronis, serta gangguan pada pertumbuhan dan perkembangan balita (Sari et al., 2021).

Perubahan status gizi menjadi baik atau normal dapat dipengaruhi oleh tingkat asupan energi yang cukup. Selain itu, tingkat asupan dapat dipengaruhi oleh kondisi ekonomi. Kondisi ekonomi yang rendah atau miskin dapat menyebabkan kebutuhan zat gizi balita yang berasal dari asupan makanan tidak tercukupi tingginya pendapatan memungkinkan keluarga untuk meningkatkan daya beli terhadap pangan (Afifah, 2019).

Kekurangan energi pada seorang anak merupakan indikasi kekurangan zat gizi lain. Apabila kondisi ini dibiarkan dalam jangka waktu lama, maka akan mengakibatkan terhambatnya proses pertumbuhan tulang yang menyebabkan

terjadinya permasalahan dengan tinggi badan atau stunting pada balita.

Konsumsi energi dan protein sangat berpengaruh terhadap tumbuh kembang balita dan daya tahan tubuh terhadap penyakit infeksi. Konsumsi energi dan protein yang rendah akan menjadikan anak balita beresiko mengalami gizi kurang dan stunting. Upaya perbaikan dan peningkatan gizi dapat dilakukan dengan cara memenuhi kebutuhan gizi seimbang anak sedari dini. Asupan gizi seimbang dari makanan memegang peran penting dalam proses pertumbuhan anak dibarengi dengan pola makan yang baik dan teratur.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, dan berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan penulis di Desa Pandansari, dari 112 balita yang ada di Desa Pandansari terdapat 26 balita yang mengalami gizi kurang. Hasil wawancara terhadap 15 orang ibu yang memiliki balita di Desa Pandansari Kecamatan Poncokusumo menunjukkan 10 orang ibu (67%) dengan status gizi kurang rata-rata hasil tingkat konsumsi zat gizi protein, lemak, karbohidrat dalam kategori kurang, dan 5 ibu (33%) dengan status gizi baik rata-rata hasil tingkat konsumsi zat gizi protein, lemak, karbohidrat dalam kategori baik. Penelitian dilakukan di Desa Pandansari karena di desa tersebut belum pernah dilakukan penelitian serupa.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas peneliti merumuskan masalah penelitian tentang "Apakah ada hubungan tingkat konsumsi zat gizi makro (energi, protein, lemak, karbohidrat) dengan status gizi balita di Desa Pandansari Kecamatan Poncokusumo ?"

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

- 1) Mengetahui hubungan tingkat konsumsi zat gizi makro (energi, protein, lemak, karbohidrat) dengan status gizi balita di Desa Pandansari Kecamatan Poncokusumo

2. Tujuan Khusus

- 1) Mengetahui tingkat konsumsi energi di Desa Pandansari Kecamatan Poncokusumo
- 2) Mengetahui tingkat konsumsi protein di Desa Pandansari Kecamatan Poncokusumo
- 3) Mengetahui tingkat konsumsi lemak di Desa Pandansari Kecamatan

Poncokusumo

- 4) Mengetahui tingkat konsumsi karbohidrat di Desa Pandansari Kecamatan Poncokusumo
- 5) Mengetahui status gizi berdasarkan (BB/TB) di Desa Pandansari Kecamatan Poncokusumo
- 6) Mengetahui hubungan tingkat konsumsi energi dengan status gizi balita di Desa Pandansari Kecamatan Poncokusumo
- 7) Mengetahui hubungan tingkat konsumsi protein dengan status gizi balita di Desa Pandansari Kecamatan Poncokusumo
- 8) Mengetahui hubungan tingkat konsumsi lemak dengan status gizi balita di Desa Pandansari Kecamatan Poncokusumo
- 9) Mengetahui hubungan tingkat konsumsi karbohidrat dengan status gizi balita di Desa Pandansari Kecamatan Poncokusumo

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian diharapkan dapat bermanfaat dan dapat menjadikan referensi untuk menambah wawasan yang berkaitan dengan hubungan tingkat konsumsi zat gizi makro dengan status gizi pada balita.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan bisa menambah pengetahuan dan pengalaman peneliti dalam menerapkan teori yang diperoleh pada saat penelitian.

b. Bagi Institusi

Data maupun hasil dari penelitian ini dapat dijadikan tambahan kepustakaan agar membantu peneliti selanjutnya sebagai bahan referensi dalam melakukan penelitian dalam bidang yang sama.

c. Bagi Masyarakat

Untuk menambah pengetahuan maupun informasi ibu balita mengenai tingkat konsumsi zat gizi makro yang harus dipenuhi balita.