

## **BAB I PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Anak balita merupakan kelompok anggota rumah tangga yang paling rentan terhadap kemungkinan kurang gizi. Kondisi balita sangat peka terhadap jumlah asupan dan jenis pangan yang dikonsumsi. Karena anak-anak umumnya makan lebih lambat dan jumlah yang kecil dibandingkan anggota rumah tangga yang lain, sehingga memperoleh bagian yang terkecil dan tidak mencukupi keadaan gizi anak yang sedang tumbuh.

Khumaidi (2002) menyatakan bahwa dari segi gizi, kebiasaan makan ada yang baik atau dapat menunjang terpenuhinya kecukupan gizi dan ada yang buruk (dapat menghambat terpenuhinya kecukupan gizi), seperti adanya pantangan atau tabu yang berlawanan dengan konsep-konsep gizi.

Kebiasaan makan dalam rumah tangga penting untuk diperhatikan, karena kebiasaan makan mempengaruhi pemilihan dan penggunaan pangan dan selanjutnya mempengaruhi rendahnya mutu makanan dalam rumah tangga.

Kurangnya gizi pada balita dapat disebabkan sikap atau perilaku ibu yang menjadi faktor dalam pemilihan makanan yang tidak benar. Pemilihan bahan makanan, tersedianya jumlah makanan yang cukup dan keanekaragaman makanan ini dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan ibu tentang makanan dan gizinya. Ketidaktahuan ibu dapat menyebabkan kesalahan pemilihan makanan terutama untuk anak balita (Mardiana, 2005).

Pendidikan gizi ataupun pengetahuan tentang gizi merupakan kunci pintu gerbang perbaikan gizi masyarakat. Dalam keluarga biasanya seorang ibu akan berperan dalam mengatur makanan keluarga, termasuk persiapan makanan sehingga ibu merupakan sasaran utama pendidikan gizi keluarga.

Tingkat pengetahuan ibu tentang gizi yang tinggi dapat mempengaruhi pola makan balita yang pada akhirnya akan mempengaruhi status gizi balita. Dengan pengetahuan yang baik, seorang ibu dapat memilih dan memberikan makan bagi balita baik dari segi kualitas maupun kuantitas yang memenuhi angka kecukupan gizi bagi balita. Asupan makanan yang sesuai dengan angka kecukupan gizi yang dibutuhkan oleh seorang balita dapat mempengaruhi status gizi balita. Hasil penelitian Lailatul Munawaroh di Indonesia, diperoleh ada hubungan pengetahuan gizi ibu dengan status gizi balita.

Berdasarkan observasi awal yang telah dilakukan yaitu dengan mewawancarai 7 orang ibu balita tentang pola makan dari balita itu sendiri, biasanya dalam satu hari 5 dari 7 balita tersebut jadwal makannya tidak teratur, yang harusnya dalam satu hari 3 kali makan, mereka hanya 2 kali makan. Dan kadang diberikan sayuran.

Pola makan berhubungan dengan pengaturan makanan yang seimbang dengan asupan gizi yang dibutuhkan. Gizi yang dibutuhkan tubuh dihasilkan dari sari makanan untuk menjaga kesehatan. Dengan demikian pola makan yang sehat berhubungan dengan aneka ragam makanan yang dapat memenuhi zat gizi yang diperlukan sesuai dengan usia anak. Kelebihan atau kekurangan gizi akan menyebabkan masalah pada kesehatan anak.

Pola makan adalah berbagai informasi yang memberikan gambaran mengenai macam dan jumlah bahan makanan yang dimakan setiap hari oleh satu orang dan merupakan ciri khas untuk suatu kelompok masyarakat tertentu (Suhardjo, 2003).

Pola makan merupakan tingkah laku manusia atau sekelompok manusia untuk memenuhi akan makanan yang meliputi sikap, kepercayaan dan pilihan makanan. Selain itu, pola makan juga tidak hanya diartikan sebagai keteraturan jadwal makan, tetapi juga kualitas makanan dan porsinya.

Kurangnya gizi pada balita dapat disebabkan sikap atau perilaku ibu yang menjadi faktor dalam pemilihan makanan yang tidak benar. Pemilihan bahan makanan, tersedianya jumlah makanan yang cukup dan keanekaragaman makanan ini dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan ibu tentang makanan dan gizinya. Ketidaktahuan ibu dapat menyebabkan kesalahan pemilihan makanan terutama untuk anak balita (Mardiana, 2005).

Perbaikan gizi merupakan pintu gerbang perbaikan gizi masyarakat, sedangkan pendidikan gizi atau pengetahuan tentang gizi merupakan kunci pintu gerbang tersebut. dalam keluarga biasanya seorang ibu akan berperan dalam mengatur makanan keluarga, termasuk persiapan makanan sehingga merupakan sasaran utama pendidikan gizi keluarga (Sugiono, 2010).

Status gizi buruk pada balita dapat menimbulkan pengaruh yang sangat menghambat pertumbuhan fisik, mental maupun kemampuan berpikir yang pada akhirnya akan menurunkan produktivitas kerja. Balita hidup penderita gizi buruk dapat mengalami penurunan kecerdasan (IQ) hingga 10 persen. Keadaan ini

memberikan petunjuk bahwa pada hakikatnya gizi yang buruk atau kurang akan berdampak pada menurunnya kualitas sumber daya manusia. Selain itu, penyakit rawan yang dapat di derita balita gizi buruk adalah diabetes dan penyakit jantung koroner. Dampak paling buruk yang diterima adalah kematian pada umur yang sangat dini (Almatsier, 2008).

Masalah gizi yang terjadi pada masa tertentu akan menimbulkan masalah pembangunan di masa yang akan datang. Keterlambatan dalam memberikan pelayanan gizi akan berakibat kerusakan yang sulit dan bahkan mungkin tidak dapat ditolong. Oleh karena itu, usaha - usaha peningkatan gizi terutama harus ditujukan pada bayi atau anak balita dan ibu hamil. Bayi pada masa kini adalah pemimpin, ilmuwan, cendikiawan, serta pekerja dimasa yang akan datang. Mereka adalah generasi penerus nusa dan bangsa (Agus, 2004).

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo diketahui data status gizi balia di Provinsi Gorontalo tahun 2014 diketahui bahwa jumlah balita gizi kurang paling banyak berada di Kabupaten Gorontalo yakni 11,95% dan paling sedikit di Kabupaten Bone Bolango yang berjumlah 4,15% (Dikes, 2014).

Anak balita sedang melakukan proses pertumbuhan yang sangat giat, sehingga memerlukan zat-zat makanan yang relatif lebih banyak dengan kualitas yang lebih tinggi. Hasil pertumbuhan setelah menjadi manusia dewasa, sangat tergantung dari kondisi gizi dan kesehatan sewaktu masa balita. Pertumbuhan otak yang menentukan tingkat kecerdasan setelah menjadi dewasa, sangat ditentukan oleh pertumbuhan waktu balita. Kekurangan gizi pada fase pertumbuhan akan menghasilkan manusia dewasa dengan sifat-sifat berkualitas inferior. Jadi anak

balita haruslah diberi jatah utama dalam distribusi makanan keluarga, bukan mendapat sisa-sisa konsumsi keluarga (Ali, 2004). Gagal tumbuh yang terjadi akibat kurang gizi pada masa-masa emas ini akan berakibat buruk pada kehidupan berikutnya yang sulit diperbaiki (Agus, 2004).

## **1.2 Identifikasi Masalah**

1. Berdasarkan observasi awal yang telah dilakukan yaitu dengan mewawancarai 7 orang ibu balita tentang pola makan dari balita itu sendiri, biasanya dalam satu hari 5 dari 7 balita tersebut jadwal makannya tidak teratur, yang harusnya dalam satu hari kali makan, mereka hanya 2 kali makan dan kadang diberikan sayuran.
2. Prevalensi gizi buruk yang masih tinggi yakni 4,15% di Kabupaten Bone Bolango, jika dibandingkan dengan Standar Nasional Indonesia yang ditetapkan yaitu  $< 15\%$  dan keadaan gizi kurang yaitu  $< 1\%$ .

## **1.3 Rumusan Masalah**

1. Apakah ada hubungan pengetahuan gizi ibu dengan status gizi balita?
2. Apakah ada hubungan pola makan dengan status gizi balita?

## **1.4 Tujuan Penelitian**

### **1.4.1 Tujuan umum**

Untuk menganalisis hubungan pengetahuan gizi ibu dan pola makan dengan status gizi balita.

### **1.4.2 Tujuan khusus**

1. Untuk menganalisis hubungan pengetahuan gizi ibu dengan status gizi balita
2. Untuk menganalisis hubungan pola makan dengan status gizi balita

## **1.5 Manfaat Penelitian**

### 1.5.1 Manfaat teoritis

Sebagai bahan informasi untuk pihak puskesmas Dumbayabulan, masyarakat terutama orang tua mengenai pengetahuan tentang gizi sehingga dapat meningkatkan status gizi balita.

### 1.5.2 Manfaat praktis

1. Sebagai bahan informasi untuk menambah pengetahuan dan pengalaman bagi peneliti dalam mengembangkan penelitian gizi masyarakat
2. Sebagai motivasi kepada peneliti lain untuk lebih mengembangkan penelitiannya.