

BAB 1 PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Gizi seimbang adalah makanan sehari-hari yang dikonsumsi dengan berbagai aneka ragam makanan dan memenuhi kelompok zat gizi dengan porsi yang cukup dan tepat. Ketidaktepatan porsi akan menyebabkan ketidakseimbangan gizi (malnutrisi). Usia balita sangat rentan terhadap kondisi malnutrisi yang mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangannya (Suhaimi, 2019).

Malnutrisi adalah kondisi yang mengacu pada kekurangan, kelebihan, atau ketidakseimbangan asupan energi zat gizi seseorang. Malnutrisi dikelompokkan menjadi tiga (*triple burden of malnutrition*) yaitu, (1) kekurangan gizi meliputi *wasting* (berat badan menurut tinggi badan rendah), *stunting* (tinggi badan menurut umur rendah), dan kekurangan berat badan (berat badan menurut umur rendah), (2) malnutrisi berkaitan dengan zat gizi mikro yang meliputi defisiensi zat mikro (kekurangan vitamin dan mineral penting) atau kelebihan zat gizi mikro, dan (3) kelebihan berat badan, obesitas, dan penyakit tidak menular terkait pola makan (seperti penyakit jantung, stroke, diabetes, dan beberapa kanker) (World Health Organization, 2021).

Balita di Indonesia mengalami permasalahan gizi ganda (*double burden*) di satu sisi mengalami obesitas pada sisi lainnya mengalami *stunting*, anemia, kurus, hingga gizi buruk. Hambatan pertumbuhan, kurang gizi, dan berat badan saat balita akan berpengaruh terhadap perkembangan saat dewasa menjadi tidak maksimal baik dalam kesehatan secara fisik maupun mental (Supardi dkk., 2023).

UNICEF 2017, 51 juta (7.5%) balita di dunia mengalami masalah gizi kurang berdasarkan BB/TB. Kondisi di Indonesia saat ini menggambarkan hal yang tidak jauh berbeda dengan masalah di dunia. Menurut data riset kesehatan dasar (Riskesdas) 2018, Indonesia memiliki prevalensi masalah gizi kurang berdasarkan BB/TB sebesar 10.2%. Status gizi Indonesia 2022 terdiri dari balita *stunting* 21.6%. Terjadi penurunan sebanyak 2,8% dari 24,4% di tahun 2021, *wasting* 7,7% dan *underweight* 17.1%. Pemerintah sudah berupaya mengentaskan masalah gizi tersebut dengan berbagai macam

program. Namun, program yang telah dilakukan belum efektif dalam penanggulangan masalah gizi tersebut, salah satu faktornya adalah kurangnya pengetahuan ibu mengenai pola makan yang sehat dan gizi-gizi yang harus dipenuhi anak pada masa pertumbuhan.

Status gizi Sumatera Utara tahun 2022 terdiri dari balita *stunting* di Sumatera Utara berdasarkan TB/U sebanyak 21.1%, *wasting* (BB/TB) 7,8%, *underweight* 15,8% (Status Gizi Indonesia (SGGI) 2022). Hasil survey SGGI Sumatera Utara 2022, Humbang Hasundutan menempati posisi ke enam memiliki persentase balita *stunting* sebesar 29,6%.

Dampak masalah gizi balita menyebabkan efek yang serius, seperti kegagalan tubuh fisik serta perkembangan dan kecerdasan tidak optimal, bahkan dalam jangka panjang dapat menyebabkan kematian pada balita. Masalah gizi pada balita dapat dihindari dengan pengetahuan dan sikap ibu yang cukup mengenai cara pemberian dan pengaturan makanan balita yang bergizi seimbang sesuai kebutuhan balita. Pengetahuan dan sikap orang tua mengenai gizi menjadi salah satu kunci keberhasilan baik atau buruknya status gizi balita. Hasil penelitian (Susanti dkk., 2014) terdapat hubungan *signifikan* antara pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan status gizi anak usia balita (P Value = 0.005).

Masalah gizi balita dapat ditanggulangi dengan meningkatkan pengetahuan ibu tentang gizi melalui proses pendidikan. Proses pendidikan gizi bisa didapatkan melalui kegiatan penyuluhan. Penyuluhan gizi merupakan suatu prinsip pendidikan yang bersifat edukatif untuk meningkatkan pengetahuan ibu serta menghasilkan sikap dan perilaku peningkatan gizi yang baik pernyataan ini didukung dengan hasil penelitian (Utamingtyas, 2020) menunjukkan hasil $p = 0.000$ lebih kecil dari $value = 0.05$ yang menunjukkan ada pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan ibu tentang gizi seimbang.

Dalam proses penyuluhan diperlukan alat bantu/media agar pesan-pesan yang disampaikan lebih menarik dan mudah dipahami, sehingga mampu dipelajari lebih mudah. Salah satu media yang dapat digunakan yaitu *leaflet*. Media *leaflet* dapat mempermudah proses penerimaan pengetahuan, karena *leaflet* berisi informasi yang terdiri dari beberapa penjelasan point-point penting dan terdapat beberapa gambar yang berkaitan dengan materi yang akan

disampaikan (Mardalena, 2019). Konsep dari *leaflet* ini mengenai pentingnya kebutuhan gizi seimbang untuk menunjang tumbuh kembang balita. Kelebihan *leaflet* ini dari segi isi yang disusun secara sistematis, Bahasa yang mudah dimengerti dan menarik. Kelebihan penyuluhan menggunakan *leaflet* mudah dibawa, mencakup banyak orang dan tidak memerlukan listrik untuk membacanya. Menurut hasil penelitian (Utamingtyas dkk., 2020) terdapat perubahan hasil *Pre test* dan *post test*, yaitu sebesar 70.6% dari 14.7% menjadi 85,3%. Hal ini menunjukkan adanya perbedaan pengetahuan yang signifikan pada ibu balita (P Value = 0.005) setelah diberikan penyuluhan gizi seimbang balita dengan media *leaflet*.

Berdasarkan studi lapangan yang telah dilakukan oleh peneliti pada tanggal 29 Agustus 2023 di desa Hutabagasan didapatkan data kejadian *stunting* sebesar 6 balita dan 3 balita menderita *wasting*. Survey awal yang peneliti lakukan dengan memberikan pertanyaan mengenai gizi seimbang kepada 10 ibu balita, 6 diantaranya tidak mengetahui mengenai gizi seimbang. Keder desa Hutabagasan juga menyatakan bahwa belum pernah dilakukan penyuluhan kesehatan tentang gizi seimbang balita di desa tersebut.

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk melihat pengaruh Penyuluhan Dengan Media *Leaflet* terhadap Pengetahuan Ibu Gizi Seimbang Balita di Desa Hutabagasan Kecamatan Dolok Sanggul. Peneliti berharap penyuluhan gizi seimbang balita akan mendorong dan memotivasi Ibu untuk mendapatkan gizi balita yang sehat dan berkualitas.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini adalah “Adakah Pengaruh Penyuluhan Dengan Media *Leaflet* Terhadap Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang Pada Balita Di Desa Huta Bagasan Kecamatan Dolok Sanggul”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk Mengetahui “Adakah Pengaruh Penyuluhan Dengan Media *Leaflet* Terhadap Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang Pada Balita Di Desa Huta Bagasan Kecamatan Dolok Sanggul”.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui pengetahuan ibu balita di Desa Huta Bagasan Kecamatan Dolok Sanggul sebelum diberikan penyuluhan gizi seimbang dengan media *leaflet*.
- b. Mengetahui pengetahuan ibu balita di Desa Huta Bagasan Kecamatan Dolok Sanggul sesudah diberikan penyuluhan gizi seimbang dengan media *leaflet*.
- c. Mengetahui pengetahuan ibu sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan gizi seimbang dengan media *leaflet* berdasarkan karakteristik responden.
- d. Menganalisis pengaruh penyuluhan dengan media *leaflet* terhadap pengetahuan Ibu tentang gizi seimbang pada Balita di Desa Huta Bagasan Kecamatan Dolok Sanggul.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Penulis

Penelitian ini dapat menambah pengetahuan dan wawasan bagi peneliti di lingkungan masyarakat mengenai pemberian gizi seimbang pada balita serta dapat menambah pengalaman bagi peneliti dalam menyusun sebuah karya tulis ilmiah.

2. Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Medan.

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sumber informasi dalam penyuluhan dengan media *leaflet* terhadap pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada balita.

3. Bagi Responden

Penelitian ini memberikan informasi melalui penyuluhan tentang gizi seimbang serta memberikan dorongan kepada ibu balita untuk memperhatikan asupan gizi balita. Dengan pengetahuan yang diperoleh, diharapkan status gizi balita dapat lebih optimal dan kesejahteraan mereka meningkat.

4. Peneliti Lain

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi untuk penelitian selanjutnya dengan menambah variabel lainnya.