

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Tahap balita (usia 0-5 tahun) adalah waktu krusial dalam tumbuh anak. Perkembangan balita bertujuan untuk mencapai peningkatan fungsional yang lebih canggih dalam tubuh, sementara pertumbuhan lebih perhatian pada struktur tubuh dan pertumbuhan fisik. Karena pertumbuhan dan perkembangan cepat yang terjadi selama waktu ini, nutrisi yang tepat sangat penting, dan mengakibatkan kurang gizi (*underweight*) jika terjadi secara repetitif. (Lette dkk., 2019).

Underweight ialah masalah nutrisi kompleks yang dipengaruhi oleh sejumlah faktor, termasuk konsumsi makanan. (Samino dkk., 2020). Ketika kebutuhan nutrisi tubuh tidak terpenuhi seiring waktu, *Underweight* terjadi, yang menyebabkan tubuh menguraikan cadangan makanan di bawah lapisan lemak dan organ. Selain memiliki efek buruk pada pertumbuhan dan perkembangan intelektual, *Underweight* dapat meningkatkan risiko penyakit dan kematian pada balita. (Fitri & Wiji 2017 dalam Nikmah, dkk., 2024).

Menurut WHO, 85,4 juta anak, atau 12,6% dari populasi dunia di bawah lima tahun, mengalami kekurangan berat badan pada tahun 2020. Asia dan Afrika memiliki angka kekurangan berat badan anak tertinggi. Di Asia Tenggara, 7,8 juta anak, atau 13,9% dari total, mengalami kekurangan berat badan pada tahun 2020. Sebagai perbandingan, angka ini turun sebesar 0,4% dari tahun sebelumnya. (WHO, 2022).

Selama tiga tahun terakhir, Indonesia telah melihat peningkatan jumlah balita yang memiliki berat badan kurang. Persentase balita yang mengalami berat badan kurang adalah 17,1% pada tahun 2022. Jika dibandingkan dengan tahun 2021, angka ini menunjukkan peningkatan sebesar 0,1%. Sebaliknya, hanya 16,3% balita yang memiliki berat badan kurang pada tahun 2020 (Kemenkes, 2022). Balita dengan berat badan kurang cukup umum terjadi sebesar 15,8% di Sumatra Utara dan 15,0% di Kabupaten Deli Serdang pada tahun 2022. (SSGI, 2022).

Ada dua elemen yang memengaruhi kekurangan berat badan: faktor langsung dan efek tidak langsung. Kebiasaan diet atau konsumsi makanan

adalah penyebab langsung. Lebih lanjut, kesadaran ibu adalah salah satu faktor tidak langsung yang mempengaruhi status gizi. Informasi mengenai jenis dan jumlah nutrisi dalam makanan yang dikonsumsi seseorang secara teratur disebut pola makan (Iskandar, 2022). Ada korelasi antara kebiasaan makan dan prevalensi kekurangan berat badan pada balita. Hal ini karena kebiasaan makan yang tidak sehat mengganggu kemampuan tubuh untuk menggunakan nutrisi (Samino, dkk., 2020) dalam (Novfrida, dkk., 2022). Selain itu, penelitian oleh (Septiani dkk., 2021) memperlihatkan bahwasannya ketidaktahuan ibu tentang kesehatan balita dan keyakinan mereka bahwa semua makanan itu sama tanpa mempertimbangkan nilai gizi dari makanan yang diberikan membuat anak-anak rentan terhadap kekurangan gizi (berat badan rendah).

Kemampuan seseorang untuk menggunakan informasi gizi dalam kehidupan sehari-hari akan berkurang akibat kurangnya pengetahuan tentang gizi. Salah satu metode yang cocok untuk menyebarkan pesan kesehatan adalah melalui promosi kesehatan melalui media pendidikan. Promosi kesehatan yang mencakup penjelasan, contoh, dan pemeriksaan ulang secara aktif merangsang indera penglihatan, pendengaran, rasa, dan gerak, yang meningkatkan hasil belajar. Menggunakan media flip chart adalah salah satu pendekatan untuk pendidikan kesehatan. *Flip chart* adalah lembaran media yang terlihat seperti kalender atau album yang memiliki foto di satu sisi dan informasi kesehatan tentang gambar-gambar tersebut di sisi lainnya. Audiens sasaran dapat meningkatkan pengetahuan mereka karena media ini sangat mudah digunakan dan dipahami. (Nugrahaeni, 2018).

Adapun penelitian yang pernah dilakukan oleh Fitriani pada Ibu balita yang menderita malnutrisi di Puskesmas Pamulang, Tangerang Selatan. Telah ditemukan bahwa papan flip dapat membantu ibu balita untuk belajar lebih banyak tentang masalah kesehatan. Hal ini didukung oleh temuan penelitian yang menunjukkan peningkatan pengetahuan yang signifikan dari 16,4% menjadi 83,3%, atau 66,9%, sebelum dan setelah pendidikan kesehatan dengan metode lembar balik (Nugrahaeni, 2018). Sejalan dengan penelitian (Sari dkk., 2024) dengan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$), media

lembar balik memiliki dampak pada pengetahuan ibu balita dalam mengurangi stunting. Sebelum pengajaran, ibu balita cukup tahu, dan setelah pendidikan, pengetahuan mereka meningkat.

Berdasarkan survey pendahuluan yang dilakukan pada Desa Bagan Serdang Kecamatan Pantai Labu terhadap 15 keluarga. Peneliti melakukan wawancara dan penimbangan berat badan pada balita. Peneliti menemukan 5 balita yang memiliki pola makan tidak bergizi seimbang hal ini dibuktikan dengan hasil recall balita yang hanya mengonsumsi nasi dan lauk hewani saja atau nasi dan sayur saja. Hasil survey juga menunjukkan bahwa dari 15 balita yang telah ditimbang ditemukan 5 balita yang mengalami *underweight* di Desa Bagan Serdang.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk melihat Pengaruh Edukasi Gizi Tentang Pola Makan Gizi Seimbang Dengan Media Lembar Balik Terhadap Pengetahuan Ibu Dan Pola Makan Balita Di Desa Pantai Labu.

B. Rumusan Masalah

Adakah Pengaruh Edukasi Gizi Tentang Pola Makan Gizi Seimbang Dengan Media Lembar Balik Terhadap Pengetahuan Ibu Dan Pola Makan Balita Di Desa Bagan Serdang Kecamatan Pantai Labu?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk Mengetahui Adakah Pengaruh Edukasi Gizi Tentang Pola Makan Gizi Seimbang Dengan Media Lembar Balik Terhadap Pengetahuan Ibu Dan Pola Makan Balita Di Desa Bagan Serdang Kecamatan Pantai Labu.

2. Tujuan Khusus

- a. Menilai pengetahuan ibu sebelum dan sesudah edukasi tentang pola makan gizi seimbang
- b. Menilai pola makan anak sebelum dan sesudah edukasi tentang pola makan gizi seimbang
- c. Menganalisis pengaruh edukasi tentang pola makan gizi seimbang terhadap pengetahuan ibu
- d. Menganalisis pengaruh edukasi tentang pola makan gizi seimbang

terhadap pola makan anak

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Untuk mengasah keterampilan penulis dan memperluas perspektif saat menulis skripsi.

2. Bagi Institusi

Sebuah ringkasan dan informasi mengenai penelitian ini diharapkan Pengaruh Edukasi Gizi Tentang Pola Makan Gizi Seimbang Dengan Media Lembar Balik Terhadap Pengetahuan Ibu Dan Pola Makan Balita di Desa Bagan Serdang Kecamatan Pantai Labu sehingga dapat digunakan menjadi bahan pembelajaran.

3. Bagi Masyarakat

Mendidik para ibu dari anak-anak kecil tentang pentingnya pola makan baik dan kecukupan nutrisi bagi balita.