

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Masalah gizi di negara berkembang umumnya masih didominasi oleh kekurangan gizi, anemia, gangguan akibat defisiensi yodium, kekurangan vitamin A, dan obesitas. Di Indonesia, masalah gizi terbesar adalah gizi kurang, terutama pada anak balita (Lutviana & Budiono, 2019). Balita termasuk kelompok rentan terhadap gangguan gizi karena pada usia ini anak sedang dalam fase pertumbuhan dan perkembangan otak yang optimal (Lutviana & Budiono, 2019). Usia balita sering disebut "usia emas" dalam pembentukan kualitas sumber daya manusia (SDM), baik dari segi fisik maupun kecerdasan, yang membutuhkan dukungan status gizi yang baik (Putri et al., 2019).

Tingkat masalah gizi kurang pada balita masih tinggi, ditunjukkan oleh indeks BB/TB. Berdasarkan Riskesdas 2018, prevalensi balita dengan gizi kurang sebesar 10,2% (Kemenkes RI, 2018). Data SSGI 2022 menunjukkan angka prevalensi menurun menjadi 7,7% secara nasional, tetapi di Sumatera Utara tetap tinggi, yaitu 7,8%, dan di Kabupaten Deli Serdang mencapai 8,6% (SSGI, 2022). Salah satu faktor yang secara langsung memengaruhi status gizi adalah pola makan. Pola makan yang baik dapat mendukung status gizi anak, sementara pola makan yang buruk dapat menghambat pertumbuhan fisik dan perkembangan anak (Sari, 2018; Marliani, 2020).

Pola makan sehat harus berpedoman pada gizi seimbang, yang terdiri dari beragam makanan dengan jumlah dan frekuensi yang tepat (Kemenkes RI, 2014). Panduan "Isi Piringku" menjadi alat bantu untuk mengatur pola makan sesuai dengan gizi seimbang (Aryani & Syapitri, 2021).

Desa Sekip dipilih sebagai lokasi penelitian berdasarkan survei awal yang menunjukkan jumlah balita terbanyak di Kecamatan Lubuk Pakam, yaitu 444 anak. Desa ini juga memiliki posyandu yang aktif dan kader kesehatan yang berperan dalam mendukung program gizi balita, seperti

pemantauan pola makan dan pemberian makanan tambahan (PMT). Keaktifan ini menjadi faktor pendukung yang relevan untuk memahami hubungan antara pola makan dan status gizi balita.

Pengukuran awal pada 10 balita di Desa Sekip menunjukkan 4 anak mengalami stunting, 2 anak memiliki berat badan kurang, dan 4 anak dengan status gizi normal. Penilaian pola makan menunjukkan 2 anak tidak mengonsumsi makanan yang lengkap, dan 4 anak tidak memenuhi kebutuhan porsi makan. Kondisi ini memotivasi peneliti untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Pola Makan dan Status Gizi Anak Balita Usia 12-59 Bulan di Desa Sekip, Kecamatan Lubuk Pakam.”

B. Rumusan Masalah

Bagaimana Hubungan pola makan dengan status gizi pada anak balita usia 12-59 bulan di Desa Sekip?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan pola makan dengan status gizi pada anak balita usia 12-59 bulan di Desa Sekip.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengevaluasi pola makan anak balita usia 12-59 bulan di Desa Sekip, Kecamatan Lubuk Pakam.
- b. Menilai status gizi anak balita usia 12-59 bulan di Desa Sekip, Kecamatan Lubuk Pakam.
- c. Menganalisis hubungan antara pola makan dan status gizi pada anak balita usia 12-59 bulan di Desa Sekip, Kecamatan Lubuk Pakam.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Ilmiah

Hasil penelitian ini dapat memperkaya khasanah ilmu pengetahuan dan menjadi salah satu sumber bacaan bagi para peneliti dimasa yang akan datang.

2. Bagi Institusi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu bahan masukan bagi Dinas kesehatan Khususnya bagi Desa Sekip serta pihak alain dalam menentukan kebijakan untuk menekan dan menangani kasus gizi kurang pada anak balita.

3. Manfaat Praktis

Untuk mengetahui dan mendapatkan pengalaman yang nyata dalam melakukan penelitian khususnya mengenai pola makan yang mempengaruhi pada status gizi anak balita.