

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Balita merupakan anak berusia dibawah lima tahun yang berada dalam perkembangan serta pertumbuhan yang pesat. Periode ini menjadi tahap penting karena kebutuhan gizi yang cukup dan penerapan pola hidup sehat sangat diperlukan untuk menunjang pertumbuhan, perkembangan, serta menjaga kondisi kesehatan anak. Hal tersebut disebabkan balita termasuk kelompok usia rentan mengalami berbagai masalah kesehatan, termasuk gangguan gizi. Oleh karena itu, masalah gizi pada balita masih menjadi salah satu persoalan masyarakat yang mendapat perhatian di berbagai negara (Faradila & Soeyono, 2024).

Status gizi pada balita menjadi indikator yang menggambarkan tingkat kesehatan anak dan memiliki peran penting dalam pembentukan kualitas sumber daya manusia sejak masa awal kehidupan. Masa balita merupakan tahap penting pada tahap pertumbuhan dan perkembangan anak. Oleh sebab itu, pemenuhan kebutuhan zat gizi yang memadai pada periode ini mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan kognitif, serta menjaga fungsi sistem kekebalan tubuh (Handayani et al., 2026).

Permasalahan gizi terjadi apabila zat gizi yang berasal dari asupan makan belum memenuhi kebutuhan tubuh. Kondisi tersebut dapat menyebabkan terjadinya gangguan gizi, baik yang berkaitan dengan zat gizi makro maupun zat gizi mikro. Berdasarkan indikator antropometri, masalah gizi pada balita dapat diklasifikasikan menjadi *stunting*/pendek (TB/U), *underweight* (BB/U), dan *wasting*/kurus (BB/TB) (Lestari, 2020).

Hasil presentasi Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2024 menunjukkan bahwa prevalensi balita *stunting* sebanyak 19,8%, balita *underweight* sebanyak 16,9%, balita *overweight* sebanyak 3,4%, balita *wasting* sebanyak 7,4%. Berdasarkan data di Provinsi Sumatera Utara terdapat balita *stunting* sebanyak 22%, *underweight* sebanyak 17,7%, *overweight* sebanyak 2,3%, *wasting* sebanyak 9,0%.

Ibu berperan penting dalam mencegah terjadinya masalah gizi pada anak. Sebagai individu yang bertanggung jawab dalam memilih makanan yang akan diberikan anak maupun keluarga lainnya, ibu perlu memiliki pemahaman yang memadai mengenai kebutuhan gizi keluarga. Kurangnya pemahaman ibu terkait gizi dan kesehatan dapat berdampak pada tidak optimalnya pemenuhan kebutuhan gizi anak. Oleh sebab itu, pengetahuan gizi yang baik menjadi bekal penting bagi ibu untuk mencegah terjadinya masalah kekurangan gizi. Selain itu, penerapan pola makan yang belum sesuai juga dapat meningkatkan kemungkinan anak mengalami kekurangan gizi (Azzahra et al., 2025).

Pemahaman ibu tentang gizi menjadi salah satu aspek yang berkontribusi terhadap status gizi keluarga, terutama pada balita. Sebagai pihak yang bertanggung jawab dalam mengatur konsumsi pangan di rumah tangga, ibu berperan dalam memilih, menyediakan, dan mengatur makanan yang dikonsumsi anak maupun anggota keluarga lainnya. Tingkat pengetahuan ibu tentang gizi balita turut memengaruhi status gizi anak, mengingat ibu merupakan orang yang paling dekat serta paling sering mendampingi anak dalam aktivitas sehari – hari. Kedekatan tersebut memungkinkan ibu lebih mudah mengenali kebutuhan anak, sehingga pengetahuan yang dimiliki menjadi faktor penting dalam mendukung terpenuhinya kebutuhan gizi balita (Sundari & Khayati, 2020).

Peningkatan pengetahuan dan sikap dapat upayakan melalui berbagai pendekatan, salah satunya dengan memberikan edukasi. Pelaksanaan edukasi kesehatan dapat didukung dengan penggunaan media sebagai sarana penyampaian informasi sehingga dapat membantu meningkatkan pengetahuan dan membentuk sikap yang lebih baik. Media yang dirancang dengan baik akan mempermudah penyampaian pesan sehingga informasi yang diberikan dapat diterima secara efektif oleh sasaran (Sutriyawan et al., 2021).

Pola makan merupakan hal yang penting diperhatikan karena jenis dan jumlah asupan makan yang dikonsumsi dapat memengaruhi tingkat kesehatan anak. Pola makan mencerminkan perilaku seseorang, terutama orang tua, dalam memenuhi kebutuhan nutrisi anak melalui pemberian makanan yang sesuai dengan kebutuhan gizinya (Aryani & Syapitri, 2021).

Dampak dari pola pemberian makan yang belum tepat apabila tidak ditangani secara tepat berpotensi menyebabkan status gizi kurang bahkan gizi buruk pada anak. Oleh karena itu, puskesmas dan posyandu berperan sebagai tempat pelayanan kesehatan yang tepat untuk memberikan program edukasi mengenai pola pemberian makan yang benar dan kreatif, meliputi pemilihan jenis makanan, jumlah makanan, serta jadwal makan yang sesuai (Said et al., 2021).

Pemberian makanan yang disesuaikan dengan kebutuhan anak memiliki peran penting dalam memenuhi kebutuhan zat gizi guna menunjang pertumbuhan serta menjaga kesehatan, dan mengoptimalkan perkembangan kecerdasan. Dengan demikian, pengetahuan serta sikap ibu dalam memilih dan memberikan makanan kepada anak menjadi faktor yang berperan penting dalam mendukung tercapainya kebutuhan gizi anak secara optimal (Sukmiati & Nafisah, 2021).

Upaya pengetahuan dan sikap dapat ditingkatkan melalui pelaksanaan edukasi sebagai salah satu bentuk intervensi. Pendidikan kesehatan bantuan media dapat menggunakan menambahkan pengetahuan dan sikap. Media yang dipersiapkan secara optimal mampu membantu penyampaian informasi kepada sasaran (Sutriyawan et al., 2021).

Edukasi termasuk salah satu strategi dalam pendidikan kesehatan yang dirancang untuk membantu individu mengubah perilaku yang kurang mendukung kesehatan menjadi perilaku yang lebih baik. Dalam pelaksanaannya, pendidikan kesehatan dapat didukung oleh berbagai media sebagai alat penyampaian informasi, di antaranya leaflet, booklet, lembar balik, power point, dan video sebagai sarana penyampaian informasi kepada sasaran (Aji et al., 2023).

Media booklet dapat dimanfaatkan sebagai sarana edukasi untuk meningkatkan pengetahuan orang tua. Informasi di dalam booklet disajikan secara teratur dan sistematis sehingga lebih mudah dipahami oleh pembaca. Sebagai pengasuh utama, orang tua berperan dalam memberikan bimbingan, pengasuhan, dan stimulasi yang sesuai agar proses pertumbuhan serta perkembangan anak dapat berlangsung secara optimal (Rahayu & Setiasih, 2022).

Penelitian sebelumnya menyatakan bahwa kualitas pemahaman ibu mengenai pola makan dan praktik pemberian makanan mempunyai hubungan

dengan status gizi anak. Semakin baik pengetahuan yang dimiliki ibu, semakin besar kemungkinan anak memiliki status gizi yang baik (Siallagan et al., 2023).

Hasil tersebut sesuai dengan penelitian terdahulu yang menunjukkan bahwa edukasi yang diberikan melalui media booklet dapat memengaruhi peningkatan pengetahuan serta sikap ibu yang mempunyai balita stunting. Selain itu, beberapa penelitian lain juga melaporkan bahwa edukasi dengan media booklet berkontribusi terhadap peningkatan pengetahuan serta perubahan sikap pada ibu yang memiliki balita stunting (Raodah & Putra, 2024).

Dari data penelitian menunjukkan bahwa jumlah ibu yang memiliki balita usia 24–59 bulan di Posyandu Mawar I, Desa Serdang, Kecamatan Beringin, Kabupaten Deli Serdang berjumlah 28 orang.

B. Tujuan

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh edukasi tentang pola makan dengan media booklet terhadap pengetahuan dan sikap ibu balita usia 24-59 bulan di posyandu mawar 1 desa serdang kecamatan beringin kabupaten deli serdang tahun 2026.

2. Tujuan Khusus

- a. Menilai pengetahuan ibu balita usia 24-59 bulan sebelum dan sesudah edukasi tentang pola makan menggunakan media booklet di posyandu mawar 1 desa serdang kecamatan beringin kabupaten deli serdang tahun 2026.
- b. Menilai sikap ibu balita usia 24-59 bulan sebelum dan sesudah edukasi tentang pola makan menggunakan media booklet di posyandu mawar 1 Desa Serdang Kecamatan Beringin Kabupaten Deli Serdang tahun 2026.
- c. Menganalisis pengaruh edukasi tentang pola makan dengan media booklet terhadap pengetahuan ibu balita usia 24-59 bulan di posyandu mawar 1 Desa Serdang Kecamatan Beringin Kabupaten Deli Serdang tahun 2026.
- d. Menganalisis pengaruh edukasi tentang pola makan dengan media booklet terhadap sikap ibu balita usia 24-59 bulan di posyandu mawar 1 Desa Serdang Kecamatan Beringin Kabupaten Deli Serdang tahun 2026.

C. Rumusan Masalah

Bagaimanakah pengaruh edukasi tentang pola makan dengan media booklet terhadap pengetahuan dan sikap ibu balita usia 24-59 bulan di posyandu mawar 1 desa serdang kecamatan beringin kabupaten deli serdang tahun 2026?

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Masyarakat

Memberikan edukasi tentang pola makan anak kepada ibu balita dengan memanfaatkan media booklet guna meningkatkan pengetahuan serta kepedulian ibu dalam memenuhi kebutuhan gizi anak.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Dapat digunakan sebagai bahan acuan di bidang gizi dan kesehatan masyarakat, khususnya yang berkaitan dengan pemanfaatan media booklet sebagai media edukasi bagi ibu balita.

3. Bagi penulis

diharapkan dapat memperluas wawasan dan menambah pengalaman penulis di bidang gizi masyarakat serta melatih kemampuan menyusun skripsi secara sistematis, analitis, dan ilmiah sebagai bekal di masa mendatang.