BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Balita merupakan anak yang berusia kurang dari lima tahun. Pada tahap ini, pertumbuhan dan perkembangan berlangsung dengan cepat sehingga pemenuhan zat gizi perlu menjadi perhatian (Hulukati, Pakaya and Cindy Puspita Sari Haji Jafar, 2025). Kekurangan ataupun kelebihan zat gizi pada masa tersebut dapat berdampak pada pertumbuhan fisik, perkembangan mental, serta daya tahan tubuh. Karena itu, kebutuhan gizi balita perlu dipenuhi secara memadai (Syaharuddin *et al.*, 2025).

Masalah status gizi balita merupakan tantangan kesehatan masyarakat di berbagai wilayah dunia sampai tingkat lokal. *World Health Organization* (WHO) tahun 2024 melaporkan, prevalensi *stunting* pada balita mencapai sekitar 23,2%**,** *wasting* (termasuk wasting parah) sekitar 42,8 juta anak, dan *overweight* sekitar 5,5%. Indonesia juga masih mempunyai masalah gizi pada balita, meliputi gizi kurang, gizi lebih, dan stunting.

Berdasarkan hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2024, prevalensi (*stunting*) pendek tercatat sebesar 19,8%, (*severe wasting*) sangat kurus 1,2%, (*wasting*) kurus 6,2%, (*underweight*) berat badan kurang 16,8%, serta (*overweight*) berat badan lebih 3,4% (Menteri Kesehatan Indonesia, 2024). Jika dibandingkan dengan data SSGI tahun 2022, melaporkan angka (*stunting*) pendek 21,6 %, (*wasting*) kurus 7,7%, (*underweight*) berat badan kurang 17,1%, dan (*overweight*) berat badan lebih 3,5% (Menteri Kesehatan Indonesia, 2022). Terlihat adanya penurunan permasalahan status gizi dari tahun 2022 sampai 2024, akan tetapi permasalah status gizi di Indonesia masih membutuhkan perhatian lebih.

Di tingkat provinsi, Provinsi Sumatera Utara menunjukkan prevalensi *stunting* mencapai 22%**,** prevalensi underweight 17,6%**,** prevalensi *severe wasting* 2,1%, prevalensi *wasting* 6,9%, prevalensi *overweight* 2,3% (Menteri Kesehatan Indonesia, 2024). Jika dibandingkan dengan data (Menteri Kesehatan Indonesia, 2022), angka *stunting* dilaporkan sebesar 21,1%, *wasting* 7,8 %, *underweight* 15,8%, dan *overweight* 2,3%. Berdasarkan hasil data tersebut angka *stunting* dan *underweight* mengalami kenaikan yang mengindikasikan perlunya evaluasi

mendalam terhadap efektivitas intervensi gizi yang telah berjalan di wilayah tersebut.

Sementara itu, di Kota Medan prevalensi status gizi balita berdasarkan data SSGI tahun 2024 mencakup *stunting* 15,4%**,** *underweight* 13,8%**,** *wasting* 6,0%**,** *Severing wasting* 1,1%**,** dan *overweight* 3,5%**,** yang menampilkan bahwa berbagai bentuk masalah gizi masih dialami oleh balita di tingkat kota (Menteri Kesehatan Indonesia, 2024).

Keadaan gizi anak berkaitan dengan pengetahuan ibu dalam memenuhi kebutuhan makan. Ibu yang memiliki pengetahuan gizi lebih baik cenderung dapat memilih dan menyediakan makanan sesuai kebutuhan anak, sedangkan pengetahuan yang terbatas dapat menyebabkan pemenuhan zat gizi belum optimal (Airell, 2025). Ibu memiliki peran penting dalam menentukan jenis, jumlah, variasi dan kualitas makanan yang diberikan kepada balita (Ginting and Hutabarat, 2025). Seiring pertambahan usia, makanan anak perlu semakin beragam dengan tetap mengikuti prinsip gizi seimbang untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan (Susanti and Putri, 2023) .

Pola pemberian makan yang tidak sesuai, seperti tekstur yang tidak mengikuti usia, frekuensi yang kurang, atau menu yang monoton, dapat menyebabkan kebutuhan zat gizi anak tidak terpenuhi (Dwi Prapto, 2025). Menurut hasil penelitian (Susanti and Putri, 2023) menyatakan ada hubungan yang signifikans antara pemberian makanan dengan status gizi balita, didapatkan hasil dari 47 responden sebanyak 18 (38,3%) merupakan pemberian makan yang tidak baik. Sedangkan yang memiliki status gizi tidak baik sejumlah 10 (21,3%) orang. Menurut penelitian (Rita, Auliya, 2023) juga menemukan adanya hubungan antara pengetahuan pemberian makan dan status gizi balita, dengan praktik pemberian makan kurang baik pada 63,3% dari 30 balita. Temuan tersebut memperlihatkan pentingnya pengetahuan orang tua dalam memenuhi asupan anak.

Hasil Praktik Kerja Lapangan (PKL) peneliti pada November 2025 di Kelurahan Sukaramai I, Kecamatan Medan Area Selatan memperlihatkan adanya perbedaan praktik pemberian makan. Dua dari lima ibu yang diwawancarai menyatakan bahwa makanan diberikan dengan memperhatikan tekstur serta mencakup sumber energi, protein, sayur, dan buah, dengan pola tiga kali makan

utama dan satu sampai dua kali selingan. Tiga ibu lainnya menyampaikan bahwa waktu makan belum teratur, camilan diberikan ketika anak rewel, dan menu utama masih kurang bervariasi. Hasil pengukuran status gizi pada 30 balita yang diukur pada November 2025, diperoleh 12 balita mengalami *stunting*, 1 balita mengalami *severe wasting***,** 3 balita mengalami *underweight*, serta 3 balita mengalami *overweight***.**

Berdasarkan temuan tersebut, penelitian ini dilakukan untuk menggambarkan pengetahuan ibu tentang pemberian makan serta status gizi anak usia 1–5 tahun di Kelurahan Sukaramai I, Kecamatan Medan Area Selatan. Penelitian memakai desain deskriptif dan tidak dimaksudkan untuk menguji hubungan antarvariabel.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana gambaran pengetahuan ibu tentang pemberian makan dan status gizi pada usia 1-5 tahun di Kelurahan Sukaramai I, Kecamatan Medan Area Selatan?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

   Mengetahui gambaran pengetahuan ibu tentang pemberian makan dan status gizi pada usia 1-5 tahun di Kelurahan Sukaramai I, Kecamatan Medan Area Selatan.

2. Tujuan Khusus
   a. Menilai tingkat pengetahuan ibu tentang pemberian makan pada usia 1-5 tahun di Kelurahan Sukaramai I, Kecamatan Medan Area Selatan.
   b. Menilai status gizi pada usia 1-5 tahun di Kelurahan Sukaramai I, Kecamatan Medan Area Selatan berdasarkan:
      1) Indeks Berat Badan menurut Umur (BB/U)
      2) Indeks Tinggi Badan menurut Umur (TB/U)
      3) Indeks Berat Badan menurut Tinggi Badan (BB/TB)

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Institusi

   Bagi institusi, penelitian ini diharapkan dapat menambah bahan pustaka dan menjadi sumber informasi dalam bidang gizi masyarakat, khususnya mengenai pemberian makan dan status gizi balita.

2. Bagi Masyarakat

   Bagi masyarakat, penelitian ini diharapkan memberikan informasi tentang pengetahuan ibu dalam pemberian makan dan gambaran status gizi anak usia 1–5 tahun. Informasi tersebut dapat menjadi bahan pertimbangan untuk kegiatan edukasi gizi di masyarakat.

3. Bagi Peneliti

   Bagi peneliti, kegiatan ini diharapkan menambah pengalaman serta memperkuat pemahaman dalam penerapan ilmu gizi masyarakat pada proses penelitian.