BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Nutrisi optimal memegang peranan krusial dalam fase awal kehidupan anak karena memengaruhi pertumbuhan fisik, fungsi kognitif, serta kekuatan sistem imun secara signifikan. Masa balita merupakan periode emas yang tidak tergantikan sehingga defisiensi gizi pada tahap ini berisiko memicu dampak permanen seperti hambatan fisik, keterlambatan perkembangan, dan ancaman stunting. Malnutrisi menjadi faktor utama penyebab kematian bayi yang biasanya bersumber dari penyakit infeksi serta rendahnya asupan nutrisi akibat keterbatasan stok pangan rumah tangga atau pola pengasuhan yang keliru. Seluruh pihak terkait wajib segera menangani permasalahan gizi buruk maupun gizi kurang pada kelompok anak balita tersebut. Hasil survei menunjukkan bahwa salah satu penyebab terjadinya gangguan tumbuh kembang bayi dan anak usia 6 sampai 24 bulan di Indonesia adalah rendahnya mutu MP-ASI (makanan pendamping ASI) dan ketidak sesuaian pola asuh yang diberikan sehingga beberapa zat gizi tidak dapat mencukupi kebutuhan energi dan zat mikro terutama zat besi (Fe) dan Seng (Zn).

Ketidakseimbangan nutrisi memicu hambatan perkembangan fisik pada balita akibat kekurangan gizi kronis yang bermula sejak masa kehamilan hingga anak berumur dua tahun atau periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Data World Health Organization (WHO, 2023) membuktikan bahwa stunting menjangkiti 148 juta anak di seluruh dunia dan wasting menimpa 45 juta anak lainnya. Hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 menunjukkan angka stunting di tingkat nasional menyentuh 21,5 persen sementara pemerintah menargetkan penurunan ke angka 14 persen pada 2024. Wilayah Sumatera Utara menunjukkan progres signifikan saat menjalankan strategi intervensi untuk mengatasi masalah gizi tersebut. Berdasarkan informasi SKI 2023, provinsi ini mampu memangkas prevalensi stunting hingga 18,9 persen atau berkurang 2,2 persen jika membandingkannya dengan data tahun 2022 sebesar 21,1 persen. Pencapaian ini menempatkan Sumatera Utara pada peringkat ke-9 sebagai daerah dengan tingkat stunting paling rendah di Indonesia sekaligus berada di bawah rata-rata nasional. Penurunan ini merupakan hasil dari

upaya kolaboratif lintas sektor, termasuk intervensi spesifik seperti pemantauan tumbuh kembang, pemberian makanan tambahan, serta konseling gizi.

Kabupaten Deli Serdang berkontribusi besar dalam menekan prevalensi stunting di Sumatera Utara, terutama pada wilayah Kecamatan Lubuk Pakam dan Kelurahan Petapahan. Dinas Kesehatan Deli Serdang melaporkan penurunan stunting yang sangat tajam di Lubuk Pakam, dari angka 1,67% pada tahun 2022 menjadi 0,13% saja di tahun 2023. Keberhasilan ini membuktikan efektivitas berbagai langkah proaktif dalam mencegah serta mengatasi gangguan pertumbuhan, terutama bagi balita dengan kategori gizi kurang.

Data tersebut menekankan urgensi pemenuhan nutrisi ibu sejak masa kehamilan. Hasil survei tersebut mengungkap fakta mengkhawatirkan berupa kenaikan risiko stunting sebesar 1,6 kali lipat pada transisi usia 6-11 bulan ke 12-23 bulan (13,7% ke 22,4%). Temuan ini menunjukkan ketidakefektifan pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) mulai usia 6 bulan dalam parameter ketepatan waktu, frekuensi, porsi, tekstur, dan diversitas menu. Orang tua wajib memastikan kecukupan asupan energi serta protein anak selama fase krusial ini untuk memitigasi risiko stunting.

Tahapan balita, khususnya pada rentang usia 12 hingga 36 bulan, menjadi momen krusial dalam perjalanan hidup manusia. Kalangan ahli menyebut masa ini sebagai jendela peluang karena pertumbuhan anak terjadi secara akseleratif dan membentuk standar kualitas hidup pada masa depan. Defisit nutrisi pada balita di fase ini meningkatkan ancaman hambatan fisik, penurunan imunitas, disfungsi kognitif, hingga penurunan potensi ekonomi dan akademik saat dewasa. Maka dari itu, orang tua dan sistem kesehatan masyarakat memegang peran vital dalam menjamin kecukupan gizi selama periode kritis tersebut.

Strategi edukasi yang terorganisir dan terfokus menjadi landasan utama dalam meningkatkan pemahaman serta mentransformasi perilaku ibu terkait aspek nutrisi. Konseling gizi menonjol sebagai teknik promosi kesehatan yang sangat berdaya guna melalui mekanisme interaksi interpersonal antara tenaga medis dan pasien guna mengenali sekaligus menuntaskan problematika nutrisi yang muncul. Pendekatan ini melampaui sekadar transfer wawasan karena turut membangun pola pikir konstruktif serta memicu adopsi kebiasaan hidup yang lebih berkualitas.

Konseling nutrisi merupakan dialog timbal balik antara pakar diet dan klien yang berfokus pada deteksi kendala gizi, penyampaian edukasi, serta pendampingan dalam memodifikasi pola konsumsi dan gaya hidup agar lebih sehat sesuai kondisi personal secara bertahap dan berkelanjutan.

Efektivitas konseling gizi memerlukan sarana penunjang yang menyajikan data secara visual dan sistematis. Booklet gizi merupakan salah satu instrumen cetak berbentuk buku ringkas yang memuat materi singkat, padat, dan penuh ilustrasi terkait tema nutrisi spesifik. Media ini mempermudah pemahaman sebab ibu balita dapat meninjau kembali isinya sewaktu-waktu sekaligus menyesuaikan dengan kondisi lingkungan serta kebutuhan target. Pemanfaatan booklet saat proses konseling bertujuan agar para ibu lebih mengerti urgensi nutrisi seimbang dan merubah perilaku dalam menyediakan pangan bagi anak. Peneliti memilih metode konseling gizi karena pendekatan ini mampu memperluas wawasan dan memperbaiki kebiasaan nutrisi kelompok sasaran, khususnya ibu balita. Berdasarkan temuan Kurniawati dkk, bimbingan nutrisi secara nyata menambah pemahaman ibu mengenai MP-ASI serta membawa perubahan positif pada pola asuh makan anak. Risna dkk juga membuktikan melalui risetnya bahwa pertemuan tatap muka yang diperkuat media visual seperti booklet memberikan dampak lebih besar terhadap kognitif dan perilaku ibu daripada ceramah biasa. Mutu interaksi antara konselor dan klien serta keandalan media dalam menyajikan informasi ringkas dan menarik menentukan keberhasilan konseling gizi tersebut.

B. Rumusan Masalah

Bagimana Pengaruh Konseling Gizi Dengan Media Booklet terhadap Pengetahuan, Sikap, dan Tindakan Ibu Balita Gizi Kurang di Kelurahan Petapahan?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengukur Dampak Intervensi Edukasi Nutrisi Berbasis Buklet Terhadap Tingkat Pemahaman, Sikap, Serta Perilaku Praktis Ibu Balita Penderita Gizi Kurang Di Wilayah Kelurahan Petapahan.

2. Tujuan Khusus

1. Menilai pengetahuan ibu balita gizi kurang sebelum dan sesudah konseling gizi dengan media booklet
2. Mengevaluasi perkembangan sikap ibu dengan balita gizi kurang sebelum dan sesudah pelaksanaan konseling gizi berbasis media booklet.
3. Mengukur perubahan tindakan ibu balita gizi kurang pada fase sebelum serta sesudah pemberian konseling gizi bermedia booklet
4. Menguji dampak nyata konseling gizi lewat media booklet terhadap tingkat pengetahuan para ibu balita gizi kurang di Kelurahan Petapahan.
5. Menguji efektivitas intervensi edukasi nutrisi melalui sarana booklet terhadap perubahan sikap ibu dari balita penderita malnutrisi di wilayah Kelurahan Petapahan..
6. Menganalisis pengaruh edukasi nutrisi melalui media buku saku terhadap pola perilaku ibu dalam merawat balita berstatus gizi kurang di lingkungan Kelurahan Petapahan.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Penelitian

Studi ini memperluas cakrawala implementasi sains serta integrasi teori dan praktik lapangan melalui kajian mendalam mengenai dampak edukasi nutrisi berbasis media booklet terhadap aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik ibu dengan anak balita berstatus gizi rendah. Manfaat bagi Ibu Balita Program tersebut memperkuat pemahaman, respons, serta perilaku nyata para ibu dalam menangani kondisi balita yang mengalami kekurangan nutrisi.

2. Bagi Masyarakat

Sebagai informasi bahwa pentingnya pengaruh konseling gizi kepada ibu balita gizi kurang terhadap pengetahuan sikap dan tindakan ibu balita gizi kurang.