

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Gizi kurang merupakan kekurangan asupan gizi yang dapat terjadi pada balita berusia 2 sampai 5 tahun, dan menyebabkan pola makan tidak seimbang sehingga mengakibatkan berat badan kurang menurut usianya (BB/U) atau tinggi badan kurang menurut usianya (TB/U) (Nurkistin *et al.*, 2024). Gizi kurang hingga saat ini masih menjadi masalah gizi masyarakat baik di tingkat regional maupun global. Berdasarkan informasi dari *World Health Organization* (WHO, 2023), kondisi ini terjadi akibat asupan nutrisi yang tidak mencukupi baik dari segi kualitas maupun kuantitas, serta masalah kesehatan yang mengganggu penyerapan dan manfaat zat gizi (Tabuk & Banjar, 2023).

Kurang gizi pada balita sering terjadi akibat gerakan tutup mulut, yaitu penolakan makan makanan yang sehat oleh anak yang disebabkan tidak suka, kebiasaan makan yang tidak sehat (Nuhan & Yulianti, 2023). Pada balita penolakan terhadap makanan bergizi dapat menghambat pertumbuhan dan perkembangan fisik serta kognitif anak, meningkatkan resiko stunting, gangguan imun, serta keterlambatan perkembangan. Dampak jangka panjangnya dapat mempengaruhi kemampuan belajar dan perkembangan sosial anak. Dengan memberikan pendekatan yang sabar dan kreatif dalam memperkenalkan berbagai jenis makanan bergizi, mengatur jadwal makan yang teratur, dan melibatkan orang tua untuk memberikan perhatian lebih untuk memberikan kebiasaan makan yang

sehat. Selain itu juga bisa mendapatkan edukasi tentang masalah gizi kurang (Hidayaturrahmi et al., 2024).

Berdasarkan data UNICEF pada tahun 2021, diperkirakan 767,9 juta penduduk di dunia mengalami kekurangan gizi (Sari *et al.*, 2023). Jumlah ini meningkat sebesar 6,4% dibandingkan tahun sebelumnya, yaitu 721,7 juta penduduk (Simamora *et al.*, 2024). Menurut *World Health Organization* (WHO), prevalensi balita kurang gizi pada tahun 2020 mencapai 22% atau sebanyak 149,2 juta balita di dunia mengalami stunting (Fadhila *et al.*, 2024). Data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2023) menunjukkan bahwa prevalensi stunting secara nasional mencapai 21,6%, dengan target penurunan menjadi 14% pada tahun 2024. Di Kecamatan Kepanjenkidul, data dari Dinas Kesehatan Kota Blitar (2024) menunjukkan bahwa angka prevalensi balita yang kurang gizi terdapat 40 balita (Indrayanti, 2024). Sehubungan dengan tingginya prevalensi balita kurang gizi, diperlukan intervensi yang komprehensif untuk menurunkan angka kejadian gizi kurang di masyarakat.

Kombinasi intervensi gizi dengan stimulasi fisik dapat meningkatkan tinggi badan balita hingga 10% dalam periode enam bulan (Muafa *et al.*, 2024). Intervensi aktivitas fisik, seperti berenang, dapat memperkuat otot dan meningkatkan daya tahan fisik anak, yang penting dalam mendukung pertumbuhan, terutama bagi anak-anak yang mengalami stunting (Rasyid *et al.*, 2022). Kegiatan berenang memiliki keuntungan dalam peningkatan kualitas tidur, memperkuat otot, meningkatkan kemampuan motorik, serta memperlancar sirkulasi darah, yang semuanya dapat mendukung perkembangan fisik anak balita (Tirtonegoro, 2023). Tidak hanya

intervensi berenang, Pemberian Makanan Tambahan (PMT) juga berkontribusi penting untuk meningkatkan pertumbuhan anak, terutama dalam mendukung pemenuhan gizi yang optimal.

Pemberian makanan tambahan (PMT) merupakan salah satu strategi penting dalam memenuhi kebutuhan gizi anak. Asupan makanan bergizi melalui PMT berperan dalam mendukung proses tumbuh kembang anak secara optimal (Afif *et al.*, 2023). Program ini dapat dijalankan sebagai bentuk intervensi gizi yang menyoar masalah gizi kurang dan gizi buruk, khususnya pada anak – anak dari keluarga prasejahtera (Putri & Rahardjo, 2021). Salah satu pendekatan inovatif yang dapat diterapkan adalah mengombinasikan intervensi berenang dengan pemberian Makanan Tambahan (PMT) bagi anak - anak yang mengalami stunting (Meilasari & Adisasmito, 2024).

Berdasarkan pemaparan peneliti memutuskan untuk mengangkat sebuah penelitian dengan judul "Efektivitas Intervensi Berenang dan Pemberian Makanan Tambahan pada Pertumbuhan Anak Kurang Gizi di Kecamatan Kepanjenkidul".

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas Bagaimana efektivitas intervensi berenang dan pemberian makanan tambahan terhadap pertumbuhan anak kurang gizi di Kecamatan Kepanjenkidul?

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Menganalisis efektivitas intervensi berenang dan pemberian makanan tambahan terhadap pertumbuhan anak kurang gizi di Kecamatan Kepanjenkidul.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengidentifikasi status pertumbuhan anak kurang gizi sebelum dan sesudah pelaksanaan intervensi berenang dan pemberian makanan tambahan.
- b. Mengidentifikasi perubahan berat badan anak kurang gizi sebelum dan sesudah pelaksanaan intervensi berenang dan pemberian makanan tambahan.
- c. Menganalisis perbedaan efektivitas intervensi berenang dan pemberian makanan tambahan terhadap pertumbuhan anak kurang gizi.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi dalam pengembangan ilmu kesehatan anak dan gizi, sekaligus menjadi acuan bagi penelitian – penelitian berikutnya yang membahas intervensi pada anak dengan gizi kurang.

### **2. Manfaat Praktis**

#### **a. Bagi Tenaga Kesehatan**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu kesehatan anak dan gizi, sekaligus menjadi sumber

referensi bagi penelitian – penelitian berikutnya yang berkaitan dengan intervensi pada anak.

**b. Bagi Masyarakat**

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan informasi yang bermanfaat bagi masyarakat tentang manfaat berenang bagi anak kurang gizi serta meningkatkan kesadaran akan pentingnya aktivitas fisik untuk mendukung pertumbuhan anak.

**c. Bagi Institusi Pendidikan**

Sebagai pengembangan program aktivitas fisik berenang di lembaga pendidikan, sehingga dapat diterapkan sebagai bagian dari kegiatan pembelajaran anak usia dini.

**d. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Diharapkan dapat memberikan wawasan dan pengetahuan baru bagi para peneliti terkait intervensi pada anak kurang gizi serta membuka peluang untuk penelitian lebih lanjut di bidang yang sama.