

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Status gizi pada balita menjadi salah satu indikator penting dalam menilai mutu kehidupan manusia di masa yang mendatang. Karena status gizi balita yang tidak optimal bisa berpengaruh terhadap proses tumbuh kembang anak, seperti halnya dapat menimbulkan keterlambatan aspek fisik, perkembangan kognitif, serta menurunnya sistem kekebalan tubuh (Apriyanti et al., 2024). Namun, hingga saat ini, permasalahan gizi masih menjadi tantangan di berbagai wilayah Indonesia khususnya status gizi pada balita (Kemenkes, 2023).

Status gizi pada dasarnya ditentukan oleh dua faktor utama, yaitu terpenuhinya kebutuhan zat gizi dari makanan serta faktor yang memengaruhi kebutuhan, penyerapan, dan pemanfaatannya. Asupan nutrisi yang baik akan mendukung tercapainya status gizi optimal pada balita. Namun, pemanfaatan zat gizi oleh tubuh dipengaruhi oleh proses pencernaan, penyerapan, dan metabolisme, yang sangat bergantung pada kebersihan lingkungan serta adanya penyakit yang dapat mengganggu proses tersebut. Indikator status gizi berdasarkan indeks IMT/U menggambarkan masalah gizi bersifat akut yang muncul akibat kejadian dalam jangka waktu singkat, seperti wabah penyakit

atau kelaparan yang menyebabkan anak menjadi kurus. Indikator BB/TB dan IMT/U digunakan untuk mengidentifikasi kondisi kurus maupun gemuk.

Menurut data(WHO, 2024), dalam tingkat dunia, sebanyak 12,2 jutaan balita yang usianya kurang dari 5 tahun menderita kekurangan gizi. Data dari profil kesehatan Indonesia menunjukkan, terdapat persentase berat badan kurang pada balita usia 0-59 bulan, yakni diantaranya adalah Nusa Tenggara Timur (18,4%), Sulawesi Barat (14,6%), Jawa Timur (6,6%) (Kemenkes, 2024) . Menurut data SSGI tahun 2024 daerah Mojokerto memiliki angka kejadian berat badan kurang sebanyak 16,7% (Kemenkes, 2025). Dan berdasarkan laporan dari Ahli Gizi Puskesmas Watukenongo mengatakan bahwa masalah status gizi di Puskesmas Watukenongo adalah relatif banyak, hal itu disebabkan karena adanya pola makan yang kurang optimal, orang tua selalu menuruti keinginan makan anaknya. Sehingga pada hal itu dapat berpengaruh terhadap keadaan gizi balita yang kurang baik.

Masalah nutrisi pada balita dapat muncul akibat pola makan yang tidak terpenuhi dengan baik, hal ini dipengaruhi oleh penghasilan keluarga yang berada di bawah standar rata-rata atau sama sekali tidak memiliki penghasilan sehingga berdampak pada berkurangnya dana untuk kebutuhan makan anak. Selain itu, pola makan yang kurang optimal juga dapat dipicu oleh kebiasaan ibu dalam mengatur pemberian makan anak-anaknya (Siallagan et al., 2023). Seperti contohnya adalah memberi makan dengan cara selalu memenuhi keinginan anak terhadap jenis makanan yang diinginkan, memberi porsi makan

yang berlebihan atau bahkan memaksa anak untuk mengonsumsi makanan tertentu, hal tersebut merupakan cara kebiasaan cara dalam pemberian makan yang kurang tepat. Pola makan yang salah, asupan makanan yang tidak mencukupi, serta kurangnya pemberian makanan bergizi seimbang juga bisa memicu balita mengalami status gizi kurang (Maynaputri & Afifah, 2025).

Balita yang mengalami nutrisi rendah dapat berakibat fatal pada mutu kehidupan manusia di masa depan. Salah satu akibat dari gizi buruk adalah penurunan IQ. Anak yang menderita kekurangan nutrisi/gizi dalam dua tahun pertama hidupnya berisiko mengalami masalah dalam pertumbuhan fisik dan perkembangan psikologis. Balita di bawah lima tahun sangat rentan dan membutuhkan perhatian khusus. Karena makin tinggi tingkat risiko maka akan lebih tinggi juga anak mengalami kekurangan gizi, yang juga membuatnya lebih mudah sakit (Mustar, 2022).

Oleh karena itu, diperlukan analisis mengenai pola makan sebagai salah satu faktor yang berpotensi mempengaruhi status gizi balita. Dengan mengetahui apakah terdapat hubungan antara pola makan dan status gizi, diharapkan hasil penelitian ini dapat memperdalam pemahaman ilmiah mengenai faktor penentu status gizi pada balita.

Terdapat beberapa riset perbedaan pada penelitian sebelumnya yakni pada penelitian(Nadimin et al., 2022) menyatakan adanya hubungan yang kuat antara kebiasaan makan dan status gizi anak usia pra sekolah. Selanjutnya pada penelitian (Sambo et al., 2020) menyatakan tidak ditemukan hubungan

pola makan dan status gizi, karena kebiasaan makan yang baik belum tentu secara langsung berperan dalam mendukung status gizi baik. Pada penelitian (Hasibuan & Siagian, 2020) menyatakan bahwa penelitian ini terdapat hubungan antara kebiasaan makan dengan status gizi anak balita. Dan pada penelitian (Hafiza, 2020) menunjukkan bahwa pola makan tidak berhubungan dengan status gizi siswa di SMP YLPI Pekanbaru. Kondisi ini kemungkinan dipengaruhi oleh berbagai faktor lain yang turut membentuk status gizi remaja, seperti tingkat aktivitas fisik, kondisi ekonomi keluarga, ketersediaan bahan pangan di rumah, lingkungan sekitar, serta pengaruh teman sebaya dan keluarga.

Beberapa riset jurnal melaporkan adanya hubungan signifikan antara pola makan dengan status gizi. Namun, riset lain menemukan hasil yang tidak signifikan, sehingga hubungan tersebut belum dapat disimpulkan secara konsisten. Perbedaan temuan ini dapat dipengaruhi oleh variasi karakteristik responden, jumlah populasi, sampel responden, metode pengukuran asupan makanan, indikator status gizi yang digunakan yang belum sepenuhnya dikendalikan. Hingga saat ini, kajian yang secara spesifik meneliti hubungan pola makan dengan status gizi pada balita usia 3–5 tahun di wilayah kerja Puskesmas Watukenongo masih sangat terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini berupaya mengisi kekosongan tersebut dengan menyediakan bukti empiris terkini melalui analisis pola makan dan status gizi balita. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis bagi pengembangan ilmu

gizi masyarakat, serta kontribusi praktis berupa rekomendasi intervensi gizi yang lebih tepat sasaran di tingkat pelayanan kesehatan primer.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas dapat dirumuskan masalah sebagai berikut
“Adakah hubungan pola makan dengan status gizi balita usia 3-5 tahun di Puskesmas Watukenongo?”

C. Tujuan Penelitian

Tujuan Umum :

Untuk mengetahui hubungan pola makan dengan status gizi balita usia 3-5 tahun di Puskesmas Watukenongo

Tujuan Khusus:

1. Untuk mengidentifikasi pola makan balita usia 3-5 tahun di Puskesmas Watukenongo
2. Untuk mengidentifikasi status gizi balita usia 3-5 tahun di Puskesmas Watukenongo
3. Untuk menganalisis hubungan pola makan dengan status gizi balita usia 3-5 tahun di Puskesmas Watukenongo

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis:

Menambah pengetahuan dalam bidang ilmu gizi dan keperawatan anak, khususnya tentang pentingnya asupan makanan seimbang untuk tumbuh kembang anak sesuai usia, yang berbasis bukti kuat

2. Manfaat Praktis :

a. Bagi Institusi:

Memberikan bukti empiris yang mendukung kebijakan kesehatan masyarakat terkait perbaikan gizi balita, serta sebagai bahan evaluasi dan perencanaan program kesehatan anak di Kabupaten Mojokerto

b. Bagi Peneliti:

Memberikan pengalaman praktis dalam melakukan penelitian lapangan, analisis data, dan penyusunan laporan ilmiah yang bermanfaat untuk pengembangan karier akademik maupun profesional.

c. Bagi Sekolah (Institusi Pendidikan):

Menjadi inspirasi dan dasar bagi mahasiswa lain untuk melakukan penelitian serupa atau pengembangan topik terkait dalam skripsi atau tugas akhir