

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masalah gizi pada balita usia 3–5 tahun masih menjadi perhatian dalam bidang kesehatan masyarakat di Indonesia, salah satunya terkait kasus *underweight* atau berat badan kurang. *Underweight* merupakan kondisi dimana berat badan tidak sesuai dengan usia anak, yang dapat menjadi indikasi malnutrisi kronis maupun akut. Indeks Berat Badan menurut Umur (BB/U) digunakan untuk menilai status gizi balita, anak dengan berat badan kurang (*underweight*) memiliki zscore -3 SD sampai -2 SD atau sangat kurang (*severely underweight*) dengan zscore < -3 SD (Putri et al., n.d.)

Permasalahan gizi balita di Indonesia masih tergolong cukup tinggi. Berdasarkan hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2024, prevalensi balita stunting tercatat sebesar 19,8% dan wasting sebesar 6,1% prevalensi balita *underweight* secara nasional mencapai 16,8% Angka tersebut menunjukkan bahwa gangguan pertumbuhan dan masalah kekurangan gizi pada balita masih memerlukan perhatian dan intervensi yang berkelanjutan.

Di tingkat provinsi, prevalensi *underweight* di Jawa Timur sebesar 14,5%, sedangkan berdasarkan Profil Kesehatan Kota Malang Tahun 2024, persentase balita *underweight* tercatat sebesar 9,36%. Lebih lanjut, berdasarkan data SIGIZI KESGA Tahun 2025, prevalensi *underweight* di wilayah Kabupaten Malang sebesar 11,70%. Sementara itu, berdasarkan laporan Triwulan IV Tahun 2025 di wilayah kerja Puskesmas Bululawang, prevalensi *underweight* tercatat sebesar 10,23% dengan jumlah 395 balita. Tingginya angka *underweight* ini tidak terlepas dari berbagai faktor yang memengaruhi status gizi balita. Penyebab balita mengalami *underweight* umumnya berkaitan dengan kurangnya asupan energi zat gizi dalam tubuh yang berlangsung dalam jangka waktu tertentu, sehingga dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan dan perkembangan (RH AP & AP, 2024).

Underweight merupakan masalah gizi yang ditandai dengan indikator status gizi berat badan menurut umur (BB/U) dengan zscore < 2 SD. Balita dengan berat badan kurang cenderung memiliki kekebalan tubuh yang lemah, dan rentan terhadap risiko terinfeksi penyakit (Kumala et al., 2023). Permasalahan *underweight* perlu mendapatkan perhatian khusus, terutama di wilayah dengan prevalensi yang masih cukup tinggi seperti Kabupaten Malang.

Masalah gizi pada balita tidak terlepas dari peran orang tua, terutama ibu, dalam praktik pemberian makan pada anak. Peran Ibu untuk pengambil keputusan utama dalam penyediaan dan pemberian makanan bagi anak (Lukitasari et al., 2025). Pengetahuan ibu mengenai gizi sangat berpengaruh terhadap asupan nutrisi yang diterima balita (Sundari & Khayati, 2020). Zamroni et al., (2026) menjelaskan bahwa kondisi status gizi balita sangat tergantung pada keseimbangan antara asupan energi dan zat gizi yang diberikan oleh ibu melalui makanan sehari-hari. Asupan gizi yang tidak seimbang dapat meningkatkan risiko terjadinya gizi kurang pada anak usia 1–5 tahun yang berdampak pada perkembangan fisik dan kognitif.

Faktor lain seperti kondisi sosial ekonomi juga dapat berperan dalam pemenuhan asupan gizi balita. Penelitian oleh (Afifah, 2019) menunjukkan bahwa adanya hubungan signifikan antara pendapatan keluarga dengan konsumsi energi dan karbohidrat dengan status gizi balita. Keluarga dengan pendapatan yang lebih tinggi cenderung mampu menyediakan asupan energi yang lebih baik bagi anak (Afifah, 2019).

Dalam praktiknya, pengetahuan yang baik tidak selalu diikuti dengan Tindakan nyata yang optimal. Anantha & Widiyarti, (2025) menunjukkan adanya kesenjangan antara pengetahuan dan praktik pemberian makan, di mana ibu telah memahami mengenai pentingnya gizi, tetapi belum sepenuhnya menerapkan dalam pola konsumsi anak sehari-hari (Anantha & Widiyarti, 2025). Kondisi ini dapat menyebabkan balita tetap mengalami kekurangan asupan energi dan zat gizi meskipun ibu memiliki pengetahuan gizi yang cukup baik.

Hasil pelacakan kasus balita di wilayah Posyandu Puskesmas Bululawang menunjukkan bahwa permasalahan underweight ini berkaitan dengan tingkat konsumsi energi dan zat gizi yang belum adekuat. Berdasarkan hasil penilaian asupan yang dilakukan saat kegiatan magang, sebanyak 41% balita mengalami defisit energi tingkat berat. Menariknya, hasil pengukuran pengetahuan ibu menunjukkan bahwa mayoritas pengetahuan ibu balita berada pada kategori baik. Temuan ini menunjukkan bahwa permasalahan utama tidak semata-mata terletak pada rendahnya pengetahuan, tetapi lebih pada praktik pemberian makan balita yang belum optimal, terutama dalam pemenuhan zat gizi penting seperti protein hewani. Hasil survei di Desa Wandanpuro, Kecamatan Bululawang, juga menunjukkan kecenderungan serupa, yaitu mayoritas ibu memiliki tingkat pengetahuan yang baik, namun hal tersebut belum diikuti dengan praktik pemberian makan yang sesuai dengan prinsip gizi seimbang. Hal ini menunjukkan adanya kesenjangan antara pengetahuan dan praktik pemberian makan dalam pemenuhan kebutuhan gizi balita.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan gizi ibu memiliki pengaruh signifikan terhadap tingkat konsumsi dan berat badan balita. Maharani et al., (2019) ditemukan bahwa ibu yang memiliki pengetahuan baik tentang gizi cenderung memberikan makanan yang lebih bergizi, yang berdampak positif terhadap berat badan balita (Maharani et al., 2019). Namun, meskipun pengetahuan ibu memadai, penelitian oleh S. M. N. Sari, (2025) menunjukkan bahwa masih ada kesenjangan antara pengetahuan dan praktik, di mana beberapa ibu tidak menerapkan pengetahuan gizi yang mereka miliki dalam pola makan harian anak-anak mereka, sehingga mengakibatkan berat badan balita yang rendah (Sari, 2025). Menurut Septiawati et al., (2021) mengatakan bahwa tingkat asupan energi dan zat gizi esensial yang rendah berhubungan langsung dengan berat badan balita.

Berdasarkan kondisi tersebut, dapat disimpulkan bahwa masalah gizi pada balita usia 3–5 tahun dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain pengetahuan gizi ibu, tingkat konsumsi energi dan zat gizi, serta berat badan

balita. Namun, penelitian yang mengaitkan ketiga variabel ini secara bersamaan masih terbatas, khususnya pada balita usia 2–5 tahun.

Penelitian ini berfokus pada balita usia 3–5 tahun atau 36–59 bulan. Pemilihan kelompok usia ini didasarkan pada beberapa pertimbangan. Pertama, anak pada usia ini telah melewati fase ASI eksklusif dan masa peralihan makanan pendamping ASI (MPASI), sehingga makanan keluarga menjadi sumber utama asupan gizi sehari-hari. Kedua, anak-anak dalam rentang usia ini masih sangat bergantung pada pengasuhnya, terutama ibu, dalam hal penyediaan dan penyajian makanan, sehingga pengetahuan gizi ibu sangat berpengaruh terhadap kualitas dan kuantitas makanan yang dikonsumsi balita (*Dewi & Aminah, 2016*). Penelitian ini penting dilakukan untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan gizi ibu balita dengan tingkat konsumsi energi dan zat gizi serta berat badan balita usia 3–5 tahun, sehingga hasil penelitian diharapkan dapat menjadi dasar perencanaan upaya perbaikan gizi balita yang lebih tepat sasaran.

B. Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan pengetahuan gizi ibu, tingkat konsumsi energi dan protein dan status gizi (BB/U) pada anak balita usia 3 –5 tahun di Desa Wandanpuro, Kecamatan Bululawang, Kabupaten Malang?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui dan menganalisis hubungan pengetahuan gizi ibu, tingkat konsumsi energi dan protein serta dan status gizi (BB/U) pada anak balita usia 3–5 tahun di Desa Wandanpuro, Kecamatan Bululawang, Kabupaten Malang.

2. Tujuan Khusus

- 1) Mengetahui tingkat pengetahuan gizi ibu balita usia 3–5 tahun di Desa Wandanpuro, Kecamatan Bululawang, Kabupaten Malang

- 2) Mengetahui tingkat konsumsi energi balita usia 3–5 tahun di Desa Wandanpuro, Kecamatan Bululawang, Kabupaten Malang
- 3) Mengetahui tingkat konsumsi protein balita usia 3–5 tahun di Desa Wandanpuro, Kecamatan Bululawang, Kabupaten Malang
- 4) Mengetahui status gizi balita usia 3–5 tahun berdasarkan indeks BB/U di Desa Wandanpuro, Kecamatan Bululawang, Kabupaten Malang
- 5) Menganalisis hubungan pengetahuan gizi ibu dengan tingkat konsumsi energi balita usia 3–5 tahun di Desa Wandanpuro, Kecamatan Bululawang, Kabupaten Malang
- 6) Menganalisis hubungan pengetahuan gizi ibu dengan tingkat konsumsi protein balita usia 3–5 tahun di Desa Wandanpuro, Kecamatan Bululawang, Kabupaten Malang
- 7) Menganalisis hubungan tingkat konsumsi energi dengan status gizi balita usia 3–5 tahun berdasarkan indeks BB/U di Desa Wandanpuro, Kecamatan Bululawang, Kabupaten Malang
- 8) Menganalisis hubungan tingkat konsumsi protein dengan status gizi balita usia 3–5 tahun berdasarkan indeks BB/U di Desa Wandanpuro, Kecamatan Bululawang, Kabupaten Malang
- 9) Menganalisis hubungan pengetahuan gizi ibu dengan status gizi balita usia 3–5 tahun berdasarkan indeks BB/U di Desa Wandanpuro, Kecamatan Bululawang, Kabupaten Malang.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkuat referensi ilmiah mengenai hubungan antara pengetahuan gizi , dengan tingkat konsumsi energi dan protein serta status gizi berdasarkan indeks Berat Badan menurut Umur (BB/U) pada anak balita usia 3–5 tahun.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan memberi manfaat praktis bagi berbagai pihak yang terlibat dalam upaya perbaikan gizi balita di Desa Wandanpuro. Bagi Puskesmas Bululawang, temuan mengenai hubungan pengetahuan gizi ibu dengan tingkat konsumsi energi, protein, dan status gizi balita berdasarkan indeks Berat Badan menurut Umur (BB/U) dapat menjadi dasar dalam merancang program edukasi gizi yang lebih tepat sasaran, termasuk penyelenggaraan kelas edukasi gizi bagi ibu maupun pengasuh balita lainnya. Kader posyandu juga dapat memanfaatkan hasil penelitian ini sebagai acuan dalam memberikan penyuluhan gizi yang lebih spesifik, terutama terkait peningkatan konsumsi energi balita melalui pemanfaatan pangan lokal, serta dalam memantau pertumbuhan balita secara rutin lewat penimbangan bulanan. Bagi ibu balita dan keluarga, penelitian ini diharapkan dapat menumbuhkan kesadaran akan pentingnya pemberian makanan selingan bergizi dan pemantauan status gizi balita secara berkala. Adapun bagi peneliti selanjutnya, temuan ini bisa dijadikan acuan untuk merancang penelitian dengan desain, jumlah sampel, dan variabel yang lebih lengkap, sehingga faktor-faktor yang memengaruhi status gizi balita dapat diketahui secara lebih menyeluruh.