

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa balita merupakan tahap penting dalam pertumbuhan dan perkembangan balita, dimana balita memerlukan kebutuhan gizi yang mencukupi untuk mendukung perkembangan fisik maupun mentalnya (Anwar, C., & Rosdiana, E. 2023). Balita juga disebut sebagai kelompok rawan gizi yang rentan terhadap masalah gizi dikarenakan pertumbuhan dan perkembangannya yang pesat memerlukan asupan gizi yang optimal dan berdampak pada status gizi balita (Arluis, A., et al., 2017). Status gizi sendiri adalah suatu pengukuran terkait kondisi tubuh seseorang yang dapat diukur melalui makanan yang dikonsumsi dan penggunaan zat gizi dalam tubuh (Budiman et al., 2021). Jika tubuh dapat memperoleh asupan gizi yang cukup, maka status gizi optimal dapat dicapai dengan baik, jika tubuh memperoleh asupan gizi yang kurang maka tubuh dapat mengalami kekurangan gizi (Melsi et al., 2022).

Menurut data dari SKI (2023) Prevalensi balita di Jawa Timur yang memiliki status gizi berat badan kurang (*Underweight*) yaitu sebesar 11,3%, Pendek (*Stunting*) sebesar 13,8% dan gizi kurang (*wasting*) 5,6%. Balita yang mengalami masalah gizi, seperti kekurangan gizi, berat badan rendah, dan stunting, menghadapi berbagai dampak serius yang dapat mempengaruhi kesehatan dan perkembangan mereka. Balita dengan status gizi kurang juga berisiko mengalami pertumbuhan fisik yang terhambat,

serta gangguan metabolisme yang dapat menyebabkan penurunan daya tahan tubuh dan meningkatkan kerentanan terhadap infeksi (Wahyuni, I. 2020).

Dampak jangka pendek dari masalah gizi ini termasuk gangguan perkembangan otak dan kecerdasan, yang dapat menghambat kemampuan belajar anak di kemudian hari. Jangka panjang, masalah gizi pada balita dapat menyebabkan penurunan kemampuan kognitif dan prestasi belajar, serta meningkatkan risiko penyakit kronis seperti diabetes dan penyakit jantung saat dewasa (Djauhari, T. 2017). Terdapat dua faktor yang dapat mempengaruhi gizi balita yakni penyebab langsung maupun tidak langsung. faktor penyebab langsung dapat berasal dari kurangnya jumlah dan kualitas makanan yang dikonsumsi serta menderita penyakit infeksi (Juliana et al., 2023). Faktor tidak langsung yang dominan dalam mempengaruhi status gizi balita seperti pola asuh, ketersediaan makanan dalam keluarga, pelayanan kesehatan individu, dan sanitasi lingkungan, Faktor ibu juga memegang peranan penting dalam menyediakan dan menyajikan makanan yang bergizi dalam keluarga, sehingga berpengaruh terhadap status gizi anak (Proverawati dan Asfiah, 2009 dalam Sari, R. P., & Agustin, K. 2023).

Pola makan adalah perilaku seseorang yang berkaitan dengan pilihan makanan dan kebiasaan makan yang dilakukan secara konsisten dari waktu ke waktu. Ini mencakup frekuensi makan dan jenis makanan yang dikonsumsi. Pola makan yang baik berfungsi untuk memenuhi

kebutuhan gizi tubuh untuk mencapai kondisi gizi optimal (Iskandya & Tsani Aulia Rachman, 2023). Adapun menurut (Sediaoetama 1991 dalam Adriani, 2017) pola makan sebagai kebiasaan konsumsi makanan yang terstruktur, baik secara kualitatif maupun kuantitatif, pola makan yang ideal adalah pola makan yang mampu memenuhi kebutuhan zat gizi dalam tubuh secara optimal dan menghasilkan status gizi yang baik.

Status gizi yang baik dapat memberikan pengaruh baik terhadap kesehatan tubuh. Sebaliknya, masalah gizi dapat memberikan dampak negatif bagi tubuh. Pola makan yang tidak baik pada balita dapat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan sehingga berpotensi menyebabkan masalah gizi seperti penyakit yang parah, gangguan kecerdasan intelektual, perawakan yang pendek, dan peningkatan risiko kematian dan angka kesakitan pada anak (Sambo et al., 2020).

Berdasarkan uraian latarbelakang diatas, penulis tertarik melakukan penelitian yang berjudul “Gambaran Pola Makan dan Status Gizi Balita di Desa Tulungrejo Kecamatan, Bumiaji”.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana Gambaran Pola Makan dan Status Gizi Balita di Desa Tulungrejo Kecamatan Bumiaji Kota Batu ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui Gambaran Pola Makan dan Status Gizi Balita di Desa Tulungrejo Kecamatan Bumiaji Kota Batu.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui Status Gizi balita di Desa Tulungrejo Kecamatan Bumiaji Kota Batu dengan indikator BB/U.
- b. Mengetahui Status Gizi balita di Desa Tulungrejo Kecamatan Bumiaji Kota Batu dengan indikator TB/U.
- c. Mengetahui Status Gizi balita di Desa Tulungrejo Kecamatan Bumiaji Kota Batu dengan indikator BB/TB.
- d. Mengetahui Pola Makan Balita di Desa Tulungrejo Kecamatan Bumiaji Kota Batu.
- e. Mengetahui Jenis Makanan Yang Sering dikonsumsi Balita di Desa Tulungrejo Kecamatan Bumiaji Kota Batu.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis penelitian diharapkan dapat bermanfaat dan menjadikan referensi untuk menambah pengetahuan dan wawasan pola makan dan status gizi.

2. Manfaat Praktis

- Bagi Institusi Pendidikan

Data maupun hasil dari penelitian ini dapat dijadikan tambahan ke perpustakaan agar membantu peneliti selanjutnya sebagai bahan referensi dalam melakukan penelitian dalam bidang yang sama.

- Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan untuk menambah pengetahuan dan wawasan terutama untuk ibu balita mengenai pola makan dan status gizi yang baik.