

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang Masalah

Permasalahan gizi pada balita di Indonesia yang paling menjadi sorotan adalah *stunted*, *wasted*, dan *underweight*. *Underweight* sendiri perlu mendapatkan perhatian karena berat badan kurang merupakan awal mula masalah gizi kronis dan jika dibiarkan dapat menyebabkan kematian (WHO, 2024). *Underweight* merupakan kondisi saat berat badan anak di bawah rentang rata-rata atau normal dari kelompok usianya (Kemenkes, 2023). Usia balita merupakan kelompok usia yang rawan mengalami masalah gizi, salah satunya ialah *underweight* (Fitriyah & Setyaningtyas, 2021). *Underweigh* pada balita dapat menyebabkan gangguan perkembangan dan pertumbuhan fisik, serta timbulnya gangguan kecerdasan. Selain itu, balita yang kekurangan gizi juga menyebabkan tubuh mudah terkena penyakit infeksi, menurunnya produktivitas kegiatan sehari-hari, dan meningkatkan risiko penyakit kronis (Supardi *et al.*, 2023).

Berdasarkan data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, prevalensi balita *underweight* di Indonesia mencapai 12,9%, sedangkan prevalensi balita *underweight* di Sumatera Utara pada tahun 2023 sebesar 10,3%. Sementara itu, prevalensi balita *underweight* di Kabupaten Deli Serdang tahun 2023 yaitu sebesar 24,3% dimana angka tersebut meningkat dari tahun sebelumnya yaitu sebesar 15% (Kemenkes, 2023).

Prevalensi yang meningkat tersebut jika terus dibiarkan akan berdampak pada kesehatan balita seperti terjadinya batuk, flu, demam, diare yang jika

dibiarkan secara berkepanjangan dapat mengganggu pertumbuhan anak. Oleh karena itu, perlu dilakukannya pencegahan *underweight* pada balita dengan cara memberikan asupan makanan yang cukup dan seimbang, menu makanan yang bervariasi, jadwal makan yang teratur, dan istirahat yang cukup (Kemenkes, 2023). Faktor yang berpengaruh terhadap *underweight* yaitu penyakit infeksi, pola asuh, dan pola konsumsi makanan (Samino *et al.*, 2020).

Asupan makanan merupakan penyebab langsung kejadian *underweight* pada balita. Asupan makanan yang tidak memadai dapat terjadi akibat pemberian zat gizi yang tidak seimbang dan tidak sesuai. Asupan makanan berupa energi dan zat gizi makro berhubungan dengan kejadian *underweight* (Supardi *et al.*, 2023). Energi diperoleh dari asupan zat gizi makro yang terdiri dari protein, karbohidrat, dan lemak. Kebutuhan asupan energi berguna untuk pertumbuhan serta membantu aktivitas balita sehari-hari (Fadlillah & Herdiani, 2020). Sejalan dengan hasil penelitian Kumala *et al.*, (2023) yang menyimpulkan kondisi *underweight* dipengaruhi oleh rendahnya asupan energi.

Zat gizi makro berfungsi untuk memberikan energi yang diperlukan oleh tubuh. Jika zat gizi makro yang terdiri dari karbohidrat, protein, dan lemak tidak seimbang terhadap keperluan tubuh maka bisa memicu perubahan jaringan dan masa tubuh sehingga berdampak terhadap pertumbuhan dan perkembangan balita (Nurhayati *et al.*, 2020). Penelitian Fitriyah & Setyaningtyas (2021) menunjukkan bahwa balita yang mengalami *underweight* mempunyai tingkat kecukupan asupan yang lebih rendah daripada balita yang memiliki status gizi baik. Sejalan dengan hasil penelitian Sari *et al.*, (2021), menyatakan bahwa status gizi balita

dipengaruhi oleh jumlah asupan zat gizi makro. Balita memerlukan zat gizi yang cukup karena pada periode tersebut balita mengalami masa pertumbuhan yang pesat.

Ketidakseimbangan asupan zat gizi makro yang masuk ke dalam tubuh, yang berlangsung secara berkepanjangan dapat mengakibatkan penurunan berat badan tidak sesuai dengan usianya atau kondisi *underweight* (Rahman *et al.*, 2021). Balita yang diberikan makanan dengan jenis makanan tertentu dapat menyebabkan kurang variasi konsumsi makanan sehingga asupan gizinya tidak memenuhi kebutuhan tubuh (Ati *et al.*, 2022). Sejalan dengan temuan penelitian Swamilaksana *et al.*, (2023) menyimpulkan bahwa banyaknya sisa makanan pada balita yang disebabkan dari kurangnya variasi menu dan tidak memperhatikan porsi makan yang diberikan, dapat mengakibatkan kurangnya tingkat pemenuhan zat gizi makro terhadap balita. Oleh karena itu, pentingnya memberikan asupan makanan yang beraneka ragam, baik dari makanan bersumber karbohidrat sampai jenis lauk pauk yang beragam, untuk memenuhi kebutuhan balita agar terhindar dari masalah gizi.

Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan pada bulan November tahun 2023 di Posyandu Bangun Sari Indah 6 Kecamatan Tanjung Morawa terdapat 4 balita dari 20 balita yang diukur mengalami *underweight* (20%) dan 3 balita berisiko *underweight* (15%). Hal ini menunjukkan bahwa persentase kejadian *underweight* di posyandu tersebut lebih besar dibandingkan prevalensi nasional (12,9%) pada kejadian *underweight*.

Berdasarkan latar belakang permasalahan diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Asupan Zat Gizi Makro dengan Kejadian *Underweight* pada Balita Di Posyandu Bangun Sari Indah 6”.

## 1.2 Identifikasi Masalah

Identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Tingginya kejadian *underweight* pada balita
2. Asupan zat gizi makro yang tidak seimbang pada balita
3. Rendahnya asupan energi pada balita
4. Pemenuhan asupan makanan balita yang kurang tepat
5. Tingginya minat balita untuk mengonsumsi jajanan
6. Kurangnya kesadaran terhadap konsumsi makanan sehari-hari balita

## 1.3 Pembatasan Masalah

Adapun pembatasan masalah dalam penelitian ini yaitu:

1. Asupan zat gizi makro dibatasi yaitu asupan energi, karbohidrat, protein, dan lemak.
2. Kejadian *underweight* dibatasi pada kategori *underweight* dan tidak *underweight*.
3. Subjek penelitian ini dibatasi pada balita usia >6 bulan – 59 bulan di Posyandu Bangun Sari Indah 6.

#### 1.4 Perumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu:

1. Bagaimana gambaran karakteristik responden (usia balita, jenis kelamin balita, usia ibu, pendidikan ibu, pekerjaan ibu, pendapatan keluarga, dan besaran keluarga)?
2. Bagaimana asupan zat gizi makro (energi, karbohidrat, protein, lemak) pada balita di Posyandu Bangun Sari Indah 6?
3. Bagaimana kejadian *underweight* pada balita di Posyandu Bangun Sari Indah 6?
4. Bagaimana hubungan antara asupan zat gizi makro dengan kejadian *underweight* pada balita di Posyandu Bangun Sari Indah 6?
5. Bagaimana hubungan antara asupan energi, karbohidrat, protein, dan lemak dengan kejadian *underweight* pada balita di Posyandu Bangun Sari Indah 6?

#### 1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui:

1. Karakteristik responden (usia balita, jenis kelamin balita, usia ibu, pendidikan ibu, pekerjaan ibu, pendapatan keluarga, dan besaran keluarga).
2. Asupan zat gizi makro (energi, karbohidrat, protein, lemak) pada balita di Posyandu Bangun Sari Indah 6.
3. Kejadian *underweight* pada balita di Posyandu Bangun Sari Indah 6.

4. Hubungan antara asupan zat gizi makro dengan kejadian *underweight* pada balita di Posyandu Bangun Sari Indah 6?
5. Hubungan antara asupan energi, karbohidrat, protein, dan lemak dengan kejadian *underweight* pada balita di Posyandu Bangun Sari Indah 6.

### 1.6 Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini yaitu hasil penelitian diharapkan dapat berguna bagi masyarakat, khususnya pada ibu balita untuk memperhatikan asupan zat gizi makro yaitu energi, karbohidrat, protein, lemak. Selain itu, hasil penelitian diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan masukan, pertimbangan, dan referensi untuk penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan kejadian *underweight*. Hasil penelitian juga diharapkan dapat dijadikan evaluasi dalam memaksimalkan program kerja posyandu dan sebagai bahan masukan bagi posyandu atau pelayanan kesehatan dalam pengambilan kebijakan terkait pencegahan dan pengendalian faktor risiko dari kejadian *underweight* pada balita, khususnya untuk meningkatkan asupan energi dan asupan zat gizi makro pada balita.