

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Balita adalah anak-anak dengan usia dibawah 5 tahun yang memiliki karakteristik pertumbuhan yang cepat. Sering pula disebut dengan periode keemasan (golden age) karena pada masa balita membutuhkan lebih banyak nutrisi. Periode keemasan ini sangat penting karena pada masa ini balita melakukan dan menemukan banyak hal-baru. Masa balita merupakan masa penentu atau dasar untuk pertumbuhan selanjutnya mencapai kedewasaan sempurna. Anak dibawah umur 5 tahun merupakan kelompok yang menunjukkan pertumbuhan fisik yang pesat, sehingga memerlukan zat gizi yang tinggi setiap kilogram berat badannya. Pertumbuhan badan terjadi maksimal pada tahun pertama kehidupan(Hasdianah,2014).

Anak balita merupakan kelompok umur yang paling sering menderita kekurangan gizi. Gizi kurang atau buruk waktu konsepsi atau sedang hamil muda dapat berpengaruh pada pertumbuhan anak balita. Masa balita adalah masa tumbuh sehingga memerlukan gizi yang baik. Bila gizinya buruk maka perkembangan otaknya pun kurang dan berpengaruh pada kehidupannya diusia sekolah dan prasekolah (Adriani, 2014).

Pemberian makanan dengan pemenuhan gizi seimbang adalah cara yang tepat dalam menjaga kesehatan serta tumbuh kembang balita. Kurangnya pengetahuan dan keterampilan dalam memasak akan menurunkan konsumsi

makan anak, keberagaman bahan dan jenis makanan yang mempengaruhi kejiwaan misalnya kebebasan. Perkembangan mental balita dilihat dari kemampuannya dalam penolakan makanan yang ditawarkan (Hasdianah, 2014).

Rendahnya tingkat pendidikan maupun pengetahuan gizi ibu menyebabkan munculnya kasus gizi buruk. Ketidaktahuan tentang cara pemberian makanan (pola makan) dan adanya kebiasaan yang merugikan kesehatan menjadi penyebab utama terjadinya masalah kurang gizi pada anak, khususnya dibawah umur 5 tahun. Keadaan gizi seseorang dalam suatu masa bukan saja ditentukan oleh konsumsi zat gizi pada saat itu saja, tetapi lebih banyak ditentukan pada masa yang telah lampau. Ini berarti bahwa konsumsi zat gizi masa kanak-kanak mempunyai peran terhadap status gizi setelah dewasa. Masalah gizi merupakan salah satu faktor yang ikut menentukan pertumbuhan dan perkembangan anak (Adriani, 2014).

Dari data Penanggung Jawab Kegiatan Gizi Dinas Kesehatan Sumatera Utara Ferdinan, (2015) mengatakan bahwa Jumlah balita kasus gizi buruk di Sumut tahun 2015 sebanyak 1.152 dan jumlah ini menurun sedikit dibanding 2014 yaitu 1.196. Sepanjang 2015, Kota Medan menduduki peringkat 2 kasus balita gizi buruk di Sumut dengan 113 penderita. Sedangkan peringkat pertama, berdasarkan data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan (Dinkes) Sumut yaitu Asahan dengan 117 kasus. Kondisi tersebut mengkhawatirkan karena kekurangan gizi akan sangat berpengaruh pada pertumbuhan dan perkembangan balita, bahkan akan menjadi penyebab kematian balita.

Keadaan gizi akan ditentukan oleh faktor internal dan eksternal. Faktor eksternal yang mempengaruhi antara lain ketersediaan bahan pangan pada suatu daerah, lingkungan tempat tinggal, dan pelayanan kesehatan yang tersedia di daerah tempat tinggal. Sedangkan faktor internal, antara lain cukup tidaknya pangan seseorang dan kemampuan tubuh menggunakan pangan tersebut. Cukup tidaknya pangan dapat dilihat dari pola makan yang dilakukan sehari-hari. Pola makan tersebut tergantung pada pengetahuan gizi yang dimiliki oleh penyelenggara makanan dan kebiasaan makan seseorang. Secara umum faktor yang mempengaruhi terbentuknya pola makan adalah faktor ekonomi, sosial budaya, agama, pendidikan dan lingkungan (Adriani, 2014).

Kekurangan gizi disebabkan oleh kekurangan asupan makanan yang disebabkan oleh tidak tersedianya makanan, anak tidak cukup mendapat gizi yang seimbang dan pola makan yang salah. Dalam hal ini orang tua sangat berperan untuk memperhatikan masalah gizi sang anak. Seperti telah diketahui bahwa seorang ibu merupakan sosok yang menjadi tumpuan dalam mengelola makan keluarga. Jadi, secara tidak langsung kesejahteraan pangan keluarga akan sangat tergantung pada ibu. Semakin baik pengelolaan makan yang dilakukan oleh ibu, maka akan semakin baik pula pola makan keluarga. Sehingga dalam pemberian makan tersebut penting pula untuk diperhatikan asupan gizinya karena hal tersebut akan berpengaruh pada status gizi keluarga, khususnya anak (Widuri, 2014).

Kurangnya pengetahuan di bidang memasak, konsumsi anak, keragaman bahan dan keragaman jenis masakan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi status gizi balita. Untuk dapat menyusun menu seseorang perlu

memiliki pengetahuan mengenai bahan makanan dan zat gizi, kebutuhan gizi seseorang serta pengetahuan hidangan dan pengolahannya. Selain itu, pendidikan secara formal maupun non formal dapat memberikan pengaruh yang besar untuk pengetahuan ibu berperan dalam pola penyusunan makanan untuk rumah tangga. Tidak hanya pendidikan yang didapat dari masa sekolah namun juga dari berbagai informasi lainnya karena pada umumnya menu disusun oleh ibu. Pengetahuan ibu yang berbeda akan mempengaruhi pemberian makan kepada balita sehingga pola makan balita akan bergantung pada ibu. Bila pengetahuan ibu semakin baik, maka pola makan balita pun akan semakin baik. Kurangnya pengetahuan ibu mengenai pola makan balita, dapat mengakibatkan ketidaktahuan mengenai jenis makanan balita dan lain sebagainya (Wahyani, 2015).

Semua itu tak lepas dari kemampuan ibu dalam memilih, mengolah, serta mengatur makan yang dibutuhkan oleh anggota keluarga. Hal yang mendasari pengelolaan makan keluarga adalah pengetahuan gizi yang dimiliki oleh ibu. Secara tidak langsung kebiasaan makan yang dilakukan ibu akan mempengaruhi kebiasaan makan anak. Seorang ibu harus memiliki pengetahuan dan sikap mengenai makanan balita, variasi menu dan frekuensi pola makan untuk balita.

Seorang ibu memegang peranan yang sangat penting terhadap pola makan anak. Dalam pengaturan pola makan harus dilakukan secara teratur dan teliti. Pemberian makan harus teratur waktunya, yaitu selama 3 kali dalam sehari pada jam yang telah ditentukan, bila perlu diberikan makanan selingan. Sedangkan pemilihan bahan makanan yang akan diolah harus lebih teliti dengan kandungan gizi yang sesuai dengan kebutuhan anak. Dengan demikian, anak tidak akan mengalami

gangguan dalam pertumbuhan dan perkembangannya sehingga mempunyai status gizi yang baik (Adriani, 2014).

Berdasarkan hasil dari 18 KMS, menunjukkan bahwa terdapat 10 orang balita yang mengalami penurunan berat badan karena kurangnya asupan gizi pada anak dan anak tidak makan dengan teratur, 4 orang balita dengan keterangan pola makan yang kurang teratur dan 4 orang balita dengan keadaan baik yaitu berat badan yang pas dengan usia dan pola pemberian makan yang baik. Berkaitan dengan hal tersebut, menunjukkan bahwa pengetahuan yang dimiliki ibu tentang gizi balita akan mendasari pemberian makan yang dilakukan kepada anak, sehingga akan menentukan pola makan anak. Selanjutnya akan menentukan pemenuhan gizi dari anak tersebut. Dengan mengetahui hubungan pengetahuan ibu tentang gizi balita dan pola makan balita terhadap pemenuhan gizi balita tersebut, maka dapat digunakan sebagai acuan pentingnya pemberian informasi tentang gizi balita kepada ibu dari balita khususnya di Dusun IV, Desa Air Joman Baru.

Berdasarkan latar belakang diatas, penulis tertarik melakukan penelitian dengan judul **“Hubungan Pengetahuan Gizi Ibu dengan Pola Makan Balita (4-5 tahun) di Dusun IV Desa Air Joman Baru, Kabupaten Asahan Tahun 2017”**.

## **B. Identifikasi Masalah**

Dari uraian latar belakang diatas maka dapat diidentifikasi beberapa masalah, yaitu :

1. Bagaimana pengetahuan gizi ibu di Dusun IV, Desa Air Joman Baru, Kabupaten Asahan?
2. Faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi pengetahuangizi ibu di Dusun IV Desa Air Joman Baru, Kabupaten Asahan?
3. Bagaimana pola makan anak Balita di Dusun IV Desa Air Joman Baru, Kabupaten Asahan?
4. Apa faktor-faktor yang mempengaruhi pola makan anak balita di Dusun IV, Desa Air Joman Baru, Kabupaten Asahan?
5. Bagaimana peran orang tua dalam mengatasi masalah gizi anak di Dusun IV Desa Air Joman Baru, Kabupaten Asahan?
6. Faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi orang tua dalam mengatasi pola makan anak di Dusun IV Desa Air Joman Baru, Kabupaten Asahan?
7. Bagaimana peran orang tua untuk memenuhi pola makan anak di Dusun IV Desa Air Joman Baru, Kabupaten Asahan?
8. Bagaimana hubungan pengetahuan gizi ibu dengan pola makan anak Balita di Dusun IV Desa Air Joman Baru, kabupaten Asahan?

### **C. Batasan Masalah**

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah diatas, agar penelitian ini lebih terarah dan dapat mencapai sasaran yang diinginkan maka perlu melakukan pembatasan masalah pada :

1. Pengetahuan Ibu tentang gizi dibatasi pada zat gizi pada balita 4-5 tahun dan pengetahuan tentang anak balita di Dusun IV Desa Air Joman Baru, kabupaten Asahan.

2. Pola makan dibatasi mengenai menu makan, jenis bahan makanan, porsi/jumlah makan dan frekuensi makan anak Balita 4-5 tahun di Dusun IV Desa Air Joman Baru, kabupaten Asahan.
3. Objek penelitian dilakukan pada ibu-ibu yang memiliki anak balita di Dusun IV Desa Air Joman Baru, Kabupaten Asahan.

#### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah dan pembatasan masalah maka rumusan masalah penelitian ini adalah :

1. Bagaimana pengetahuan gizi Ibu di Dusun IV, Desa Air Joman Baru, kabupaten Asahan?
2. Bagaimana pola makan anak balita Dusun IV Desa Air Joman Baru, kabupaten Asahan?
3. Bagaimana hubungan pengetahuan gizi ibu dengan pola makan anak balita di Dusun IV Desa Air Joman Baru, kabupaten Asahan?

#### **E. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan dilakukannya penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui pengetahuan gizi ibu di Dusun IV, Desa Air Joman Baru, kabupaten Asahan.
2. Untuk mengetahui pola makan anak balita di Dusun IV Desa Air Joman Baru, kabupaten Asahan.
3. Untuk mengetahui hubungan pengetahuan gizi ibu dengan pola makan anak balita di Dusun IV, Desa Air Joman Baru, kabupaten Asahan.

## F. Manfaat Penelitian

Manfaat yang akan dicapai setelah penelitian ini dilakukan adalah :

1. Sebagai bahan masukan kepada penulis, untuk menambah wawasan mengenai pola makan anak balita yang teratur.
2. Sebagai bahan masukan kepada ibu-ibu di Dusun IV, Air Joman Baru mengenai pola makan yang baik dan teratur untuk balita.
3. Sebagai bahan masukan bagi mahasiswa mengenai gizi dan pola makan yang teratur sehingga mendapatkan gizi seimbang untuk balita.
4. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pikiran dalam menentukan pola makan yang teratur dan memenuhi gizi seimbang.
5. Sebagai bahan penelitian yang relevan untuk penelitian selanjutnya.