

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Salah satu tujuan pembangunan kesehatan adalah meningkatnya status gizi yang diarahkan pada peningkatan kecerdasan, produktifitas dan prestasi kerja serta penurunan angka penderita gizi kurang dan gizi lebih. Status gizi, angka kelahiran, angka kesakitan dan angka kematian merupakan indikator utama kesehatan dan kualitas manusia. Gizi memegang peranan penting dalam siklus hidup manusia (Soegianto, 2007).

Status gizi balita merupakan hal penting yang harus diketahui oleh setiap orang tua. Perlunya perhatian dalam tumbuh kembang di usia balita di dasarkan fakta bahwa kurang gizi yang terjadi pada masa emas ini, bersifat tidak dapat dipulihkan (*irreversible*). Kekurangan gizi dapat mempengaruhi perkembangan otak anak. Padahal, otak tumbuh selama masa balita (Marimbi, 2010).

Menurut UNICEF-WHO-*The World Bank joint child malnutrition estimates* 2012, diperkirakan diperkirakan terdapat 101 juta anak dibawah usia lima tahun di seluruh dunia mengalami masalah berat badan kurang, menurun dibandingkan dengan perkiraan sebanyak 159 juta pada tahun 1990. Meskipun prevalensi berat badan kurang pada anak usia dibawah lima tahun mengalami penurunan sejak tahun 1990, rata-rata jutaan anak masih termasuk dalam katagori beresiko (Indonesia Public Health, 2013)

Menurut data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013 prevalensi gizi buruk secara nasional masih cukup tinggi yaitu 5,3%, terdapat penurunan

dibandingkan tahun 2010 (6,0%) dan tahun 2007 (6,2%). Demikian pula halnya dengan prevalensi gizi kurang sebesar 6,8% juga menunjukkan adanya penurunan dari 7,3% (tahun 2010) dan 7,4% (tahun 2007). Secara keseluruhan prevalensi anak balita gizi kurang dan buruk menurun dari 13,6% pada tahun 2007 menjadi 12,1% pada tahun 2013. Terdapat 17 provinsi dimana prevalensi gizi kurang diatas angka nasional, dengan urutan dari prevalensi tertinggi sampai terendah adalah: Kalimantan Barat (19,8%), Maluku (17,6%), Aceh (16,8%), Riau (16,6%), Nusa Tenggara Timur (16,5%), Papua Barat (16,3%), Sumatera Utara (16,1%), Bengkulu (15,8%), Papua (15,4%), Banten (14,9%), Jambi (14,8%), Kalimantan Selatan (14,3%), Sumatera Barat (14,1%), Sumatera Selatan (13,8%), Kalimantan Tengah (13,2%), Kepulauan Riau (13%) dan Maluku Utara (12,8%) (Kemenkes RI, 2013).

Dari data diatas terlihat bahwa provinsi Kalimantan Tengah berada di urutan ke 15 dari provinsi tertinggi lainnya. Menurut data tersebut meskipun mengalami penurunan setiap tahunnya tetapi data tersebut menggambarkan jutaan anak masih mengalami masalah gizi. (Kemenkes RI, 2013).

Status gizi adalah merupakan hasil akhir dari keseimbangan antara makanan yang masuk ke dalam tubuh (*nutriet input*) dengan kebutuhan tubuh (*nutrient output*) akan zat gizi tersebut (Suhaimi, 2008). Status gizi balita dapat dipantau dengan menimbang anak setiap bulan dan dicocokkan dengan Kartu Menuju Sehat (KMS) (Proverawati & Kusumawati, 2011)

Menurut Almatier (2001) dalam Nuryanti (2011) status gizi dipengaruhi oleh konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi di dalam tubuh. Bila tubuh memperoleh cukup zat-zat gizi dan digunakan secara *efisien* akan

tercapai status gizi optimal yang memungkinkan pertumbuhan fisik, perkembangan otak, kemampuan kerja dan kesehatan secara umum pada tingkat setinggi mungkin.

Menurut Dina (2011) dalam Waladow (2013) upaya untuk mengatasi masalah gizi yang sangat penting adalah dengan pengaturan pola makan. Pola makan yang diterapkan dengan baik dan tepat sangat penting untuk membantu mengatasi masalah gizi yang sangat penting bagi pertumbuhan balita. Ditambah dengan asupan gizi yang benar maka status gizi yang baik dapat tercapai.

Pola makan merupakan berbagai informasi yang memberi gambaran mengenai macam dan jumlah bahan makanan yang dimakan setiap hari oleh suatu orang dan merupakan ciri khas untuk suatu kelompok masyarakat tertentu (Santosa dan Ranti, 2009).

Agar balita dapat tumbuh dan berkembang dengan baik, makan makanan yang dimakannya tidak boleh hanya sekedar mengenyangkan perut saja. Makanan yang dikonsumsi balita seharusnya beragam jenisnya, jumlah atau porsi cukup (tidak kurang atau berlebihan), higienis dan aman (bersih dari kotoran dan bibit penyakit serta tidak mengandung bahan-bahan yang berbahaya bagi kesehatan), makan dilakukan secara teratur dan makan dilakukan dengan cara yang baik (Proverawati & Kusumawati, 2011)

Jika makanan anak beragam, maka zat gizi yang terkandung atau kurang dalam satu jenis makanan akan dilengkapi oleh zat gizi yang berasal dari makanan jenis lain. Agar makanan yang dimakan anak beraneka ragam, maka kita harus selalu ingat bahwa makanan yang dimakan anak harus mengandung zat tenaga, zat pembangun dan zat pengatur. Ketiga zat ini

dapat berasal dari karbohidrat, protein, lemak, vitamin, mineral dan air (Proverawati & Kusumawati, 2011).

Menurut Lia Amalia dalam Manurung (2010) porsi makan bagi orang dewasa dan balita sangatlah jauh berbeda, porsi makan anak balita lebih sedikit karena kebutuhan gizi esensial jumlahnya lebih sedikit yang harus dipenuhi. Selain itu karakteristik pertumbuhan dan aktivitasnya juga berbeda. Porsi makan bagi anak balita harus mempunyai kandungan air dan serat yang sesuai dengan daya toleransi, tekstur makanannya agak lunak agar mudah dicerna, memberikan rasa kenyang.

Makanan yang memiliki asupan gizi seimbang sangat penting dalam proses tumbuh kembang dan kecerdasan anak. Bersamaan dengan pola makan yang baik dan teratur yang harus diperkenalkan sedini mungkin pada anak, dapat membantu memenuhi kebutuhan akan pola makan sehat pada anak, seperti variasi makanan dan pengenalan jam-jam makan yang tepat. Pola makan yang baik harusnya dibarengi dengan pola gizi seimbang, yaitu pemenuhan zat-zat gizi yang telah disesuaikan dengan kebutuhan tubuh dan diperoleh melalui makanan sehari-hari. Dengan makan makanan yang bergizi dan seimbang secara teratur, diharapkan pertumbuhan anak akan berjalan optimal. Nutrisi sangat penting dan berguna untuk menjaga kesehatan dan mencegah penyakit (Waladow, 2013).

Menurut data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Barito Utara status gizi balita tahun 2013 dari 17.396 orang balita yang ditimbang berdasarkan pengukuran berat badan menurut tinggi badan didapatkan sebanyak 874 orang balita memiliki status gizi gemuk, sebanyak 15.869 orang balita memiliki status gizi normal, sebanyak 480 orang balita memiliki status gizi

kurus dan sebanyak 173 orang balita memiliki status gizi dengan kategori sangat kurus. Dari data tersebut Puskesmas yang paling banyak memiliki masalah gizi adalah Puskesmas Tumpang Laung yaitu dari 358 balita yang ditimbang sebanyak 37 orang balita memiliki status gizi sangat kurus, sebanyak 48 orang balita memiliki status gizi kurus, sebanyak 39 orang memiliki status gizi dengan kategori gemuk.

Hasil studi pendahuluan kepada 10 orang balita di Desa Tumpang Laung didapatkan sebanyak 2 orang (20%) memiliki status gizi kurus, 6 orang (60%) memiliki status gizi normal dan 2 orang (20%) memiliki status gizi dengan kategori gemuk. Dari 2 orang balita yang memiliki status gizi kurus, ibu balita mengatakan bahwa anak mereka mengkonsumsi nasi hanya 2 kali sehari, dari 6 orang balita yang memiliki status gizi normal ibu menyatakan bahwa anak balita menyatakan bahwa anak mereka rutin mengkonsumsi nasi 3 kali dalam sehari sedangkan dari 2 orang yang memiliki status gizi gemuk seluruh ibu menyatakan bahwa anak mereka mengkonsumsi nasi rutin 3 kali sehari.

Semakin baik pola makan yang diterapkan orang tua pada anak semakin meningkat status gizi anak tersebut. Sebaliknya, bila status gizi berkurang jika orang tua menerapkan pola makan yang salah pada anak. Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul "Hubungan Pola Makan dengan Status Gizi pada Balita di Desa Tumpang Laung Kabupaten Barito Utara"

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah "Apakah ada hubungan pola makan dengan status gizi pada balita di Desa Tumpang Laung Kabupaten Barito Utara?"

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Menganalisis hubungan pola makan dengan status gizi pada balita di Desa Tumpung Laung Kabupaten Barito Utara

2. Tujuan khusus

- a. Mengidentifikasi pola makan pada balita di Desa Tumpung Laung Kabupaten Barito Utara
- b. Mengidentifikasi status gizi pada balita di Desa Tumpung Laung Kabupaten Barito Utara
- c. Menganalisis hubungan pola makan dengan status gizi pada balita di Desa Tumpung Laung Kabupaten Barito Utara

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi ibu balita

Hasil penelitian dapat memberikan pemahaman tentang hubungan pola makan dengan status gizi balita dan diharapkan dapat meningkatkan kesadaran dalam mengetahui dan mengaplikasikan pola makan yang baik pada balita.

2. Bagi Puskesmas Tumpung Laung Kabupaten Barito Utara

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai masukan dan pertimbangan dalam pengambilan keputusan dan kebijaksanaan bagi program penanganan gizi guna meningkatkan status gizi balita yang lebih optimal.

3. Bagi petugas kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan atau acuan untuk memberikan intervensi dalam penanganan masalah gizi pada balita.

4. Bagi peneliti

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai sarana memperluas wawasan dan pengetahuan peneliti khususnya tentang upaya untuk meningkatkan status gizi pada balita.

E. Keaslian Penelitian

Terdapat beberapa penelitian sebelumnya yang terkait dengan penelitian yang akan dilakukan ini, yaitu:

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Nama/Judul dan Tahun Penelitian	Metode	Hasil
1	Nainggolan (2012) Hubungan antara Pengetahuan dan Sikap Gizi Ibu dengan Status Gizi Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Rajabasa Indah Kelurahan Rajabasa Raya Bandar Lampung	- Jenis penelitian ini menggunakan metode survey analitik. - Desain <i>cross sectional</i> - variabel yang diteliti : pengetahuan dan sikap, status gizi	Ada hubungan antara pengetahuan gizi Ibu dengan status gizi balita dan ada hubungan antara sikap gizi Ibu dengan status gizi balita ($p=0,000$).
2	Astuti (2012) Hubungan Tingkat Pendidikan Ibu dan Tingkat Pendapatan Keluarga dengan Status Gizi Anak Prasekolah dan Sekolah Dasar di Kecamatan Godean.	- Jenis penelitian ini menggunakan metode survey analitik. - Desain <i>cross sectional</i> - variabel yang diteliti : tingkat pendidikan, pendapatan, status gizi	Afda hubungan antara tingkat pendidikan ibu dan tingkat pendapatan keluarga dengan status gizi anak prasekolah dan sekolah dasar di Kecamatan Godean

Adapun perbedaan penelitian ini dengan penelitian tersebut terletak pada variabel, tempat dan tahun penelitian. Variabel bebas penelitian ini adalah pola makan. Penelitian ini akan dilakukan di Desa Tumpang Laung Kabupaten Barito Utara tahun 2015 .