

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Gizi anak merupakan permasalahan global dengan dampak sistemik yang signifikan termasuk di Indonesia. Anak-anak yang mengalami gizi kurang atau buruk berisiko mengalami penurunan tingkat kecerdasan dan daya saing (Amalia, 2016 dalam Pratiwi, S. N., 2023). Status gizi anak di bawah 5 tahun merupakan parameter kesehatan yang penting karena usia balita merupakan kelompok yang rentan terhadap masalah gizi dan penyakit (Losong and Adriani, 2017 dalam Nurshanti, E., 2022). Kurangnya asupan zat gizi makronutrien pada anak merupakan salah satu masalah gizi utama yang dapat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak sehingga anak mengalami stunting (Nurhayati, L., Mardiah, W., & Setyorini, D., 2020). Makronutrien merupakan sumber makanan utama yang menyediakan energi paling banyak bagi tubuh manusia. Defisiensi makronutrien mempengaruhi tumbuh kembang anak dibawah umur usia 5 tahun (Elisanti dkk, 2023).

Masalah stunting merupakan salah satu permasalahan gizi yang dihadapi oleh negara diseluruh dunia, khususnya pada negara berkembang termasuk Indonesia, yang berhubungan dengan meningkatnya angka risiko kesakitan, kematian dan hambatan pertumbuhan motorik dan mental pada anak (Apriluana and Fikawati, 2018). Stunting atau masalah kurang gizi kronis yang disebabkan oleh asupan gizi yang kurang dalam waktu cukup lama akibat pemberian makanan yang tidak sesuai dengan kebutuhan gizi. Stunting dapat terjadi mulai janin masih dalam kandungan dan baru nampak saat anak berusia dua tahun (Rahmadhita, 2020).

Hasil data dari World Health Organization (WHO) tahun 2020 menyatakan bahwa secara global terdapat 22% atau 149,2 juta anak dibawah 5 tahun yang mengalami stunting (UNICEF / WHO / World Bank

Grub, 2021). Ada 178 juta anak didunia yang terlalu pendek berdasarkan usia dibandingkan dengan pertumbuhan standar WHO. Prevalensi anak stunting di seluruh dunia pada tahun 2021 adalah 28,5% dan di seluruh negara berkembang sebesar 31,2%. Prevalensi anak stunting di benua Asia sebesar 30,6% dan di Asia Tenggara sebesar 29,4%. (Ramadhan et al., 2021). Data dari Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2021 prevalensi Stunting di Indonesia mengalami penurunan sebesar 1,6% Menurut Studi Kasus Gizi Indonesia (SSGI) pada tahun 2019 angka stunting sebesar 27,7%, pada tahun 2020 turun menjadi 26,9%. Berdasarkan hasil UNICEF tahun 2020 mencatat bahwa 7 juta anak di Indonesia mengalami stunting, dua juta anak balita mengalami kekurangan berat badan, dan dua juta lainnya mengalami obesitas (UNICEF, 2020). Prevalensi stunting pada tahun 2021 berada pada angka 24,4% atau sekitar 5,33 juta balita (Kemenkes RI, 2021), prevalensi balita stunting di Indonesia mencapai 21,6 persen pada tahun 2022.

Asupan zat gizi adalah salah satu penyebab langsung yang dapat mempengaruhi status gizi balita. Asupan zat gizi juga dapat diperoleh dari beberapa zat gizi, diantaranya zat gizi makro seperti energi karbohidrat, protein dan lemak. Zat gizi makro ialah zat gizi yang dibutuhkan dalam jumlah besar oleh tubuh dan sebagian besar berperan dalam penyediaan energi. Tingkat asupan zat gizi makro dapat mempengaruhi terhadap status gizi balita (Diniyyah et al., 2017).

Masalah stunting tersebut memiliki faktor penyebab, diantaranya asupan gizi yang kurang, kondisi ibu yang kurang nutrisi di masa remajanya dan masa kehamilan, pada masa menyusui, dan infeksi pada ibu. Faktor lainnya berupa kualitas pangan dan rendahnya asupan vitamin dan mineral, kurangnya makanan sumber protein tinggi yang sangat dibutuhkan oleh tubuh (Arnita et al., 2020). Serta stunting bisa terjadi akibat gizi ibu selama ini kehamilan, kondisi sosial ekonomi keluarga, angka kesakitan bayi, dan kurangnya asupan gizi pada bayi. Kebutuhan zat

gizi makro yang tidak tercukupi dapat mengakibatkan beberapa masalah kesehatan. Rendahnya asupan energi dan protein pada balita akan meningkatkan resiko terjadinya kekurangan energi protein dan kekurangan energi kronis, serta gangguan pada pertumbuhan dan perkembangan balita (Sari et al., 2021).

Kebutuhan gizi pada balita diantaranya energi, protein, lemak, karbohidrat, air, vitamin, dan mineral. Kebutuhan energi sehari pada tahun pertama 100-200 kkal/kg BB. Untuk tiap tiga tahun pertambahan umur, kebutuhan energi turun 10 kkal/kg BB. Penggunaan energi dalam tubuh adalah 50% atau 55 kkal/kg BB/hari untuk metabolisme basal, 5-10% untuk Specific Dynamic Action, 12% untuk pertumbuhan, 25% atau 15-25 kkal/kg BB/hari untuk aktivitas fisik dan 10% terbuang melalui feses (Rahmadhita, 2020). Dianjurkan 60-70% energi total basal berasal dari karbohidrat. Pada ASI dan sebagian besar susu formula bayi, 40-50% kandungan kalori berasal dari karbohidrat terutama laktosa. Pada usia anak 1-5 tahun sering mengalami kekurangan vitamin A, B, dan C sehingga anak perlu mendapatkan 1-1 ½ mangkok atau 100-150 g sayur sehari (Permanasari et al., 2020). protein yang diberikan harus sebagian berupa protein yang berkualitas tinggi seperti protein hewani disarankan untuk memberikan 2,5-3 g/kg BB bagi bayi dan 1,5-2 g/kg BB bagi anak sekolah sampai adolesensia. Status gizi pada seorang balita (1-5 tahun) membutuhkan nutrisi yang lebih banyak karena pada masa inilah dianggap sebagai masa keemasan (Anggraini, Sopyah, Sarmaida Siregar, 2020).

Hasil penelitian Ayuningtyas (2018) menunjukkan bahwa adanya hubungan zat gizi makro terhadap status gizi balita, kurangnya asupan protein, lemak akan menyebabkan terjadinya resiko stunting di dapatkan hasil dengan uji statistik 29,3%. Rendahnya asupan karbohidrat di dapatkan 47,2% balita dengan kejadian stunting. Penelitian (Shabariah & Pradini, 2021) juga menunjukkan adanya hubungan signifikan antara asupan zat gizi makronutrien energi, kalsium, magnesium, dan zat besi

dengan status gizi pada balita. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Nurhayati, L., Mardiah, W., & Setyorini, D. (2020) asupan zat gizi makronutrien pada anak stunted menunjukkan bahwa asupan karbohidrat pada anak stunted sebagian besar (41.3%) termasuk dalam kategori defisit sedang, sedangkan 21.3% defisit berat dan 24% normal. Asupan lemak pada anak stunted menunjukkan sebagian besar (49.3%) termasuk dalam kategori defisit sedang, 21.3% termasuk defisit ringan dan 24.0% normal. Asupan protein pada anak stunted menunjukkan sebagian besar (48%) termasuk dalam kategori defisit ringan, sedangkan 44% normal dan 6.7% defisit sedang.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan terhadap 10 ibu yang memiliki anak stunting saat datang posyandu, 7 dari 10 mengatakan bahwa belum pernah mendapatkan edukasi kesehatan dari petugas kesehatan tentang asupan gizi makronutrien sehingga belum memahami apa yang dimaksud dengan asupan gizi makronutrien dan pentingnya asupan gizi makronutrien pada anak. Dan 3 dari 10 ibu anak stunting selama ini sudah diberikan edukasi kesehatan mengenai asupan gizi makronutrien pada anak terutama anak usia 1-5 tahun, tetapi ibu anak stunting terkadang lupa apa yang telah diedukasikan oleh petugas kesehatan mengenai asupan gizi makronutrien apa saja yang ada pada makanan yang dibutuhkan untuk anaknya.

Pentingnya gizi yang optimal bagi pertumbuhan, perkembangan, serta kesehatan bagi anak dapat meningkat dengan baik apabila disertai dengan peningkatan pengetahuan ibu tentang gizi anak. Ibu sebagai pendidik pertama dan utama dalam keluarga perlu dibekali berbagai pengetahuan dan keterampilan agar mereka mengerti, terampil dalam mengasuh dan membimbing tumbuh kembang anak secara baik sesuai dengan tahap perkembangan pada anak (Werdiningsih and Astarani, 2012 dalam Nurshanti, E., 2022). Ibu dengan pengetahuan gizi yang baik dapat menyediakan makanan dengan jenis dan jumlah yang tepat untuk

mendukung pertumbuhan dan perkembangan anaknya. Pengetahuan ibu tentang gizi merupakan salah satu factor penyebab stunting pada anak (Anakoda et al., 2021).

Sary (2020) menjelaskan bahwa pentingnya pengasuh balita baik orang tua atau yang lain untuk mengakses dan mendapatkan pendidikan kesehatan serta mengolah informasi tentang gizi yang baik pada bayi untuk mencegah kejadian stunting melalui promotif atau pendidikan kesehatan. Peningkatan pengetahuan ibu mengenai asupan gizi anak dapat dilakukan melalui edukasi kesehatan tentang pentingnya asupan gizi. Kegiatan edukasi gizi merupakan suatu kegiatan untuk informasi terkait gizi dengan tujuan untuk meningkat pengetahuan dan mengubah perilaku menjadi lebih baik dalam pemberian asupan gizi pada anak sehingga dapat mencegah terjadinya stunting pada anak (Muzarofatus, 2021). Melalui pemberian edukasi Kesehatan tentang asupan gizi seimbang pada balita dapat memberikan pemahaman, peningkatan, pengetahuan ibu, kader serta pengasuh anak balita. Agar untuk mencegah stunting sehingga mereka dapat mengamalkannya dalam kehidupan sehari-hari (Wigati, A., Sari, F. Y. K., & Suwanto, T., 2022).

Hasil penelitian Rehena, Hukubun and Nendissa, (2020) menunjukkan bahwa pengaruh edukasi kesehatan terhadap pengetahuan ibu tentang stunting di Desa Kamal Kabupaten Seram Bagian Barat, menunjukkan ada peningkatan pengetahuan ibu dengan kategori nilai baik (>60) pada posttest dibandingkan pretest. Penelitian Rachmah et al., (2020). menunjukkan hasil yang sama yaitu terjadi peningkatan pengetahuan ibu setelah diberikan edukasi. Hasil penelitian pengetahuan ibu kurang (36,8%) dan cukup (57,9%) setelah diberikan edukasi kesehatan meningkat menjadi (68,4%) memiliki pengetahuan baik. Dalam penelitian Pratiwi, S. N., (2023) menunjukkan bahwa ada asosiasi positif antara pengetahuan ibu dan status gizi balita baik, di mana balita yang memiliki ibu dengan pengetahuan yang tinggi cenderung memiliki status

gizi yang lebih baik. Hal tersebut dapat terjadi sebab pada penelitian ini banyak ibu balita yang sering mengunjungi puskesmas untuk memperoleh edukasi dari petugas kesehatan tentang gizi seimbang. Dengan adanya informasi tersebut maka akan membuat ibu balita mempunyai pengetahuan yang cukup tentang gizi seimbang bagi balita. Penelitian yang dilakukan Wigati, A., Sari, F. Y. K., & Suwanto, T., (2022) setelah diberikan Pendidikan kesehatan/edukasi kesehatan tentang pentingnya edukasi kesehatan tentang gizi seimbang bagi balita untuk mencegah stunting, dilakukan evaluasi pengetahuan ibu, kader kesehatan, pengasuh terkait gizi seimbang untuk mencegah stunting. Berdasarkan evaluasi banyak peserta yang antusias untuk bertanya dan mengalami peningkatan pengetahuan terkait gizi seimbang pada balita untuk mencegah stunting sebanyak 70%.

Zat gizi makronutrien dapat membantu menyediakan energi yang dibutuhkan oleh tubuh. Zat gizi ini akan mempengaruhi status gizi anak apabila dikonsumsi kurang dari kebutuhan tubuh (Nurhayati, L., Mardiah, W., & Setyorini, D., 2020). Jika balita mengalami kekurangan energi asupannya maka akan berdampak pada fungsi dan strukturnya perkembangan otak, dan juga akan berdampak pada menghambat perkembangan dan pertumbuhan kognitif. Kekurangan asupan protein akan mengakibatkan terhambatnya tinggi badan anak pertumbuhan. Asupan lemak juga sangat diperlukan dalam pertumbuhan balita, jika balita mengalami kekurangan asupan lemak, hal itu mempengaruhi status gizi balita karena mengandung asam lemak esensial yang berperan dalam mengatur Kesehatan balita. Selain itu, kekurangan asupan karbohidrat juga berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan otak anak, karena karbohidrat berfungsi sebagai penyedia energi utama (Elisanti dkk, 2023).

Memahami stunting oleh ibu menjadi salah satu cara pencegahan stunting pada anak. Jika pemahaman ibu tentang stunting baik, ibu akan lebih memperhatikan asupan gizi yang dikonsumsi anak. Sehingga, proses

pertumbuhan dan perkembangan anak berjalan optimal. Pemahaman tentang stunting sangat penting bagi seorang ibu, karena pemahaman yang kurang tentang stunting bisa menyebabkan anak berisiko mengalami stunting (Rahmandiani dkk, 2019).

Oleh karena itu, asupan zat gizi makronutrien pada anak sangat penting untuk diperhatikan, begitupun pada anak stunting meskipun masih dimungkinkan akan bertambah tinggi dimasa kehidupan selanjutnya. Serta petugas kesehatan yang terlibat dan berinteraksi langsung dengan orang tua diharapkan dapat meningkatkan perhatian dan kreatifitas para orang tua yang mempunyai anak stunting terhadap kebutuhan asupan zat gizi anak melalui pemberian edukasi pada orang tua oleh tenaga kesehatan penting dilakukan untuk meningkatkan pemahaman tentang asupan zat gizi makronutrien pada anak sangat penting untuk diperhatikan dalam mendukung pertumbuhan anak sesuai dengan grafik pertumbuhannya, asupan makronutrien pada balita khususnya pada balita stunting diperlukan untuk menunjang pertumbuhan dan perkembangan pada anak agar dapat meminimalisir terjadinya stunting masalah kesehatan.

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka peneliti tertarik untuk melaksanakan penelitian dengan Judul “Edukasi Kesehatan Tentang Pentingnya Asupan Zat Gizi Makronutrien Untuk Meningkatkan Pemahaman Ibu Yang Memiliki Anak Stunting.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas maka masalah yang dapat dirumuskan adalah Apakah Ada Pengaruh Edukasi Kesehatan Tentang Pentingnya Asupan Zat Gizi Makronutrien Untuk Meningkatkan Pemahaman Ibu Yang Memiliki Anak Stunting Di Puskesmas Pondok Labu?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui “Pengaruh Edukasi Kesehatan Tentang Pentingnya Asupan Zat Gizi Makronutrien Untuk Meningkatkan Pemahaman Ibu Yang Memiliki Anak Stunting Di Puskesmas Pondok Labu”.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi Pemahaman sebelum Edukasi Kesehatan Tentang Pentingnya Asupan Zat Gizi Makronutrien.
- b. Mengidentifikasi Pemahaman setelah Edukasi Kesehatan Tentang Pentingnya Asupan Zat Gizi Makronutrien.
- c. Menganalisis Pengaruh Edukasi Kesehatan Tentang Pentingnya Asupan Zat Gizi Makronutrien Untuk Meningkatkan Pemahaman Ibu Yang Memiliki Anak Stunting Di Puskesmas Pondok Labu.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Dapat memberikan informasi mengenai Hubungan Edukasi Kesehatan Tentang Pentingnya Asupan Zat Gizi Makronutrien Untuk Meningkatkan Pemahaman Ibu Yang Memiliki Anak Stunting Di Puskesmas Pondok Labu.

2. Manfaat Praktis

a. Untuk pasien

Dari hasil penelitian ini dapat mengetahui Hubungan Edukasi Kesehatan Tentang Pentingnya Asupan Zat Gizi Makronutrien Untuk Meningkatkan Pemahaman Ibu Yang Memiliki Anak Stunting Di Puskesmas Pondok Labu.

b. Untuk Institusi

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi referensi dalam memberikan informasi mengenai Edukasi Kesehatan Tentang Pentingnya Asupan Zat Gizi Makronutrien Untuk Meningkatkan

Pemahaman Ibu Yang Memiliki Anak Stunting Di Puskesmas Pondok Labu.

E. Keaslian penelitian

Penelitian yang akan diteliti ini, sebelumnya juga pernah diteliti oleh pihak yang lain yaitu :

No	Penelitian Terdahulu	Variabel	Yang membedakan dengan penelitian ini
1	Nama : Zesendy Rehena - Monike Hukubun - Andriana Ritje Nendissa (2020) Judul : Pengaruh edukasi gizi terhadap pengetahuan ibu tentang stunting di Desa Kamal Kabupaten Seram Bagian Barat	Independen : edukasi gizi Dependen : pengetahuan ibu tentang stunting	Judul : Edukasi Kesehatan Tentang Pentingnya Asupan Zat Gizi Makronutrien Untuk Meningkatkan Pemahaman Ibu Yang Memiliki Anak Stunting Di Puskesmas Pondok Labu. Bedanya dengan penelitian ini : Variabel independen: - Edukasi Kesehatan - Asupan Zat Gizi Makronutrien Dependen : Pemahaman Ibu Yang Memiliki Anak Stunting.

2	Nama : Atik Aryani, Indriyati, Riska Putri Dwi Mei Linda (2021) Judul : Peningkatan pengetahuan ibu melalui pendidikan kesehatan tentang pencegahan stunting pada anak	Independen : - pengetahuan ibu - pendidikan kesehatan Dependen : pencegahan stunting pada anak	Judul : Edukasi Kesehatan Tentang Pentingnya Asupan Zat Gizi Makronutrien Untuk Meningkatkan Pemahaman Ibu Yang Memiliki Anak Stunting Di Puskesmas Pondok Labu. Bedanya dengan penelitian ini : Variabel independen: - Edukasi Kesehatan - Asupan Zat Gizi Makronutrien Dependen : Pemahaman Ibu Yang Memiliki Anak Stunting.
3	Nama : Lusia Henny Mariati, Yohana Jehani (2022) Judul : Edukasi ibu tentang gizi balita sebagai pencegahan terjadinya stunting dan gizi kurang	Independen : - Edukasi ibu - gizi balita Dependen : pencegahan terjadinya stunting dan gizi kurang	Judul : Edukasi Kesehatan Tentang Pentingnya Asupan Zat Gizi Makronutrien Untuk Meningkatkan Pemahaman Ibu Yang Memiliki Anak Stunting Di Puskesmas Pondok Labu Bedanya dengan penelitian ini : Variabel independen: - Edukasi Kesehatan - Asupan Zat Gizi Makronutrien Dependen : Pemahaman Ibu Yang Memiliki Anak Stunting.