

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Gizi seimbang adalah pola makan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang memenuhi kebutuhan tubuh dengan tetap memperhatikan prinsip keragaman atau variasi makanan, aktivitas fisik, kebersihan, dan berat badan ideal (BBI). Menerapkan pola makan seimbang dalam keluarga sangat diperlukan untuk memenuhi kebutuhan gizi keluarga dan terutama anak-anaknya yang berusia di bawah 5 tahun sangat perlu mendapat perhatian. Seorang ibu balita dalam memberikan perhatian mengenai gizi seimbang terhadap balitanya dibutuhkan pengetahuan gizi yang baik.

Pengetahuan merupakan hasil dari usahanya untuk menemukan kebenaran dan masalah yang ada di hadapannya. Keinginan seseorang mendorong mereka untuk mendapatkan apa pun yang mereka inginkan. Yang membedakan antara satu manusia dengan manusia lainnya adalah upaya yang dilakukan orang untuk memuaskan keinginan mereka. Pengetahuan dalam arti kata yang paling sempit adalah sesuatu yang dapat dimiliki manusia. Namun, beberapa ahli berpendapat bahwa hewan juga seperti manusia memiliki pengetahuan naluriah.

Pengetahuan gizi seimbang tercermin dari bagaimana ibu memilih bahan makanan untuk memenuhi kebutuhan keluarganya. Oleh karena itu, karena pengetahuan gizi dan kemampuan ibu dalam menentukan pilihan

makanan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap menu keluarga, pengetahuan gizi ibu dapat digunakan untuk menentukan konsumsi makanan yang tepat guna memperbaiki dan meningkatkan status gizi balita.

Berdasarkan hasil wawancara pendahuluan menggunakan kuesioner yang dilakukan oleh peneliti pada beberapa ibu balita di desa Kanci, kecamatan Astanajapura sebanyak 53,5% (8 dari 15 ibu balita) memiliki pengetahuan yang sangat rendah mengenai gizi seimbang pada balita. Hal ini memberikan gambaran bahwa permasalahan gizi pada masyarakat di desa Kanci tersebut masih terbilang tinggi.

Kurangnya pengetahuan tentang gizi dan kesehatan pada orang tua, terutama ibu merupakan salah satu penyebab kurangnya gizi pada balita. Kondisi sosial ekonomi dan budaya memiliki dampak yang signifikan terhadap gizi di pedesaan. Anak-anak kecil memiliki pantangan makanan. Misalnya, jangan berikan ikan kepada anak kecil karena bisa menyebabkan sakit perut dan kembung.

Pada masa balita anak mengalami proses pertumbuhan dan perkembangan fisik, mental, dan sosial yang cepat. Anak-anak membutuhkan gizi dalam jumlah dan kualitas yang cukup dari makanan sehari-hari. Gizi yang tepat sangat penting untuk kelangsungan hidup anak, proses pertumbuhan, perkembangan, pemeliharaan, pemulihan kesehatan, dan kekebalan.

Berdasarkan hasil data Dinas Kesehatan Kabupaten Cirebon (2021) melaporkan bahwa di puskesmas Kecamatan Astanajapura, Kabupaten

Cirebon terdapat 111 balita gizi kurang, 46 balita kurus, dan 103 balita pendek. Sedangkan menurut prevalensi Status Gizi Balita Nasional (SSGI, 2021) terdapat balita *Stunted* 24,4%, *Wasted* 7,1%, dan *Underweight* 17,0%.

Masalah gizi pada balita dapat berakibat serius, antara lain kegagalan pertumbuhan fisik, perkembangan dan kecerdasan yang kurang optimal, bahkan berujung pada kematian balita. Namun, masalah gizi pada balita ini dapat dihindari jika ibu mendapat informasi yang baik tentang gizi dan pemberian makan balita yang tepat. Dengan demikian, pengetahuan gizi orang tua merupakan kunci keberhasilan kondisi baik atau buruk balita. Salah satu upayanya untuk memperluas pengetahuan ibu adalah penyuluhan. Penyuluhan gizi merupakan pendekatan pendidikan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu dan anak tentang gizi. Oleh karena itu, para ibu yang memiliki anak balita harus disarankan untuk meningkatkan pengetahuan gizinya, mengembangkan sikap positif terhadap makanan bergizi, dan mengembangkan kebiasaan makan yang baik.

Salah satu faktor yang sangat penting dalam meningkatkan pengetahuan adalah dengan metode penyampaian informasi seperti kegiatan penyuluhan yang disesuaikan dengan kebutuhan sasaran dengan menggunakan media promosi kesehatan yang sesuai. Media promosi kesehatan adalah sarana untuk menampilkan pesan atau informasi yang ingin disampaikan oleh komunikator, melalui media cetak, elektronik (televisi, radio, komputer, dan sebagainya), dan media luar ruang, untuk meningkatkan pengetahuan dan mengubah perilaku ibu terhadap kesehatan.

Pemberian penyuluhan gizi pada ibu balita dianjurkan menggunakan media menarik agar penyampaian materi dapat diterima dengan mudah dan menghindari adanya kejenuhan pada ibu balita. Salah satu media yang dapat digunakan untuk promosi atau penyuluhan adalah *leaflet*. *Leaflet* merupakan bahan cetak tertulis berupa lembaran yang dilipat agar terlihat menarik biasanya *leaflet* didesain secara cermat dilengkapi dengan ilustrasi dan menggunakan bahasa yang sederhana, ringkas serta mudah dipahami. *Leaflet* sebagai bahan ajar juga harus mencakup materi yang dapat membimbing ibu balita untuk menguasai materi. *Leaflet* sebagai bahan ajar harus disusun dalam bahasa yang sistematis, dapat dimengerti dan menarik.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Farida pada tahun 2020 menunjukkan bahwa edukasi gizi melalui metode *leaflet* peserta mengalami peningkatan skor pengetahuan *pre-test* yang awal penelitian diperoleh hasil bahwa pada tahap *pre-test* sebanyak 14 orang (41,2%) ibu balita memiliki pengetahuan baik, 14 orang (41,2%) ibu balita memiliki pengetahuan sedang dan sebanyak 6 orang (17,6%) ibu balita yang memiliki pengetahuan kurang sebelum diberikan intervensi berupa penyuluhan. Sedangkan pada tahap *post-test* diperoleh hasil bahwa 24 orang (70,6%) ibu balita memiliki pengetahuan baik, 9 orang (26,5%) memiliki pengetahuan sedang dan 1 orang (2,9%) yang memiliki pengetahuan kurang setelah diberikan intervensi berupa penyuluhan (Farida, 2020).

Hal ini menunjukkan adanya pengaruh media dalam pendidikan. Penelitian lain yang sejalan juga menunjukkan bahwa kelompok yang diberi intervensi *leaflet* memiliki selisih peningkatan nilai pengetahuan *pre-post*

*test* lebih besar dari kelompok yang diberikan intervensi tebak gambar dan kelompok kontrol masing-masing.

Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk mengetahui perubahan pengetahuan gizi seimbang melalui penyuluhan menggunakan media *leaflet* pada ibu balita di desa Kanci. Penelitian akan dilakukan di Posyandu RW 07 RT 05 desa Kanci, Kecamatan Astanajapura, Kabupaten Cirebon.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang, dapat di rumuskan masalah penelitian adalah “Bagaimana perubahan pengetahuan tentang gizi seimbang melalui intervensi penyuluhan menggunakan media *leaflet* pada ibu balita di Posyandu RW 07 RT 05 desa Kanci tahun 2023?”

## **C. Tujuan**

### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui perubahan pengetahuan tentang gizi seimbang melalui penyuluhan menggunakan media *leaflet* pada ibu balita di desa Kanci.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui gambaran tingkat pengetahuan tentang gizi seimbang sebelum intervensi penyuluhan dengan media *leaflet* pada ibu balita di desa Kanci.
- b. Mengetahui perubahan tingkat pengetahuan tentang gizi seimbang setelah dilakukan intervensi penyuluhan menggunakan media *leaflet* pada ibu balita di desa Kanci.

- c. Mengetahui distribusi perubahan pengetahuan gizi seimbang balita setelah dilakukan intervensi berdasarkan usia ibu balita.
- d. Mengetahui distribusi perubahan pengetahuan gizi seimbang balita setelah dilakukan intervensi berdasarkan pekerjaan ibu balita.
- e. Mengetahui distribusi perubahan pengetahuan gizi seimbang balita setelah dilakukan intervensi berdasarkan tingkat pendidikan ibu balita.
- f. Mengetahui distribusi perubahan pengetahuan gizi seimbang balita setelah dilakukan intervensi berdasarkan paritas ibu balita.
- g. Mengetahui distribusi perubahan pengetahuan gizi seimbang balita setelah dilakukan intervensi berdasarkan minat ibu balita.

#### **D. Manfaat Penelitian**

Manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut.

##### **1. Peneliti**

Peneliti dapat mengaplikasikan ilmu yang sudah didapat selama menempuh pendidikan. Peneliti dapat meningkatkan keterampilan dalam melakukan penelitian, khususnya penelitian pada bidang gizi masyarakat.

##### **2. Masyarakat**

Menambah informasi dan meningkatkan pengetahuan kepada masyarakat khususnya ibu balita mengenai gizi seimbang dan diharapkan dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

### **3. Prodi D III Gizi Cirebon**

Bahan referensi bagi institusi pendidikan dan peneliti lain mengenai peningkatan pengetahuan ibu balita setelah diberikan penyuluhan menggunakan media *leaflet*.