

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa Balita biasa dikenal sebagai masa *golden age* atau masa keemasan dikarenakan keberhasilan pertumbuhan dan perkembangan dimasa selanjutnya ditentukan pada saat masa tersebut. Status gizi balita merupakan hal penting yang harus diketahui pada setiap orang tua. Permasalahan gizi pada balita merupakan kondisi yang berdampak langsung terhadap kesehatan dan kualitas hidup anak, yang terjadi akibat ketidakseimbangan antara asupan makanan dengan kebutuhan fisiologis tubuh serta adanya pengaruh penyakit infeksi. Kondisi ini masih menjadi persoalan serius di Indonesia dan berperan penting dalam menentukan kualitas sumber daya manusia sejak balita atau usia dini. Ketidacukupan gizi pada masa balita berhubungan erat dengan meningkatnya risiko terjadinya gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak. Hingga saat ini, Indonesia masih dihadapkan pada fenomena beban gizi ganda atau *Double Burden of Malnutrition* (DBM), yang mencakup permasalahan kekurangan gizi maupun kelebihan gizi.

Berdasarkan data prevalensi balita stunting oleh WHO, pada tahun 2020 terdapat sekitar 149,2 juta (22%) balita di dunia mengalami stunting (WHO, 2021). Menurut hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2021, prevalensi stunting di Indonesia pada tahun 2019 dan 2021 berturut-turut, yaitu sebesar 27,7%, dan 24,4%. Angka tersebut belum memenuhi standar WHO yang ditargetkan sebesar 20% (SSGI, 2023). Berdasarkan hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2021, prevalensi balita stunting di Jawa Tengah sebesar 20,9%. Artinya, diperkirakan satu dari lima balita di Jawa Tengah mengalami stunting (Kemenkes, 2021). Prevalensi stunting di Kabupaten Brebes pada tahun 2024 masih menjadi permasalahan kesehatan yang cukup serius meskipun menunjukkan tren penurunan. Berdasarkan hasil penimbangan melalui posyandu, prevalensi stunting pada tahun 2024 tercatat sebesar 23,1%, menurun dibandingkan tahun 2023 yang sebesar 21,6%, meskipun sebelumnya sempat mengalami kenaikan pada tahun 2022. Secara keseluruhan, dalam

periode 2019-2024 prevalensi stunting di Brebes menunjukkan kecenderungan menurun dengan rata-rata penurunan sekitar 2% per tahun. Selain itu, data juga menunjukkan bahwa angka keluarga berisiko stunting pada tahun 2024 menurun menjadi 11,7%, dibandingkan tahun 2023 sebesar 17,5% dan tahun 2022 sebesar 27,3%. Hal ini menunjukkan adanya dampak positif dari berbagai intervensi gizi spesifik dan sensitif yang dilakukan oleh pemerintah daerah dan lintas sektor. Namun demikian, prevalensi stunting di Brebes masih tergolong lebih tinggi dibandingkan tingkat provinsi maupun nasional, sehingga diperlukan upaya berkelanjutan dan terintegrasi untuk mencapai target nasional penurunan stunting. Data Satu Pintu Layanan Data Kabupaten Brebes (SAPULADA) mengatakan di daerah Brebes terdapat balita stunting 244 orang dan kategori pendek 105 orang, kategori sangat pendek 93 orang, kategori tinggi normal 46 orang dan khususnya di daerah Gandasuli pada tahun 2026 dan bulan Maret menunjukkan kasus stunting tertinggi di Brebes sebanyak 64 anak, kategori pendek 54 anak, kategori sangat pendek 10 anak.

Pemerintah desa dan posyandu telah melaporkan peningkatan kasus stunting di Desa Gandasuli. Pada tahun 2026, jumlah bayi yang diidentifikasi menderita stunting akan meningkat menjadi 64 bayi. Ini menunjukkan bahwa stunting di Desa Gandasuli masih merupakan masalah kesehatan masyarakat yang perlu mendapat perhatian serius dari semua pihak. Oleh karena itu, Desa Gandasuli dianggap sebagai tempat yang tepat untuk melakukan penelitian tentang pengetahuan pemberian makanan gizi seimbang terutama tentang isi piringku.

Faktor yang bisa mempengaruhi asupan makan yaitu pengetahuan tentang gizi yang akan berakibat terhadap status gizi seseorang. Dalam upaya pemenuhan gizi balita, ibu memegang peranan yang sangat penting. Ibu berperan sebagai pengasuh utama yang bertanggung jawab dalam pemilihan jenis makanan, pengolahan bahan pangan, penyajian makanan, serta pembentukan kebiasaan makan anak sejak dini (Merita et al., 2021). Pengetahuan ibu yang rendah tentang gizi bisa menjadi salah satu penentu status gizi balita karena perilaku dan sikap ibu dalam menentukan makanan yang akan

dikonsumsi oleh balita. Ibu dengan tingkat pengetahuan gizi yang rendah cenderung memberikan makanan yang tidak sesuai dengan kebutuhan gizi balita, baik dari segi porsi maupun variasi menu, sehingga berpotensi memperburuk kondisi dan meningkatkan risiko masalah gizi (Windiyati, 2020).

Untuk mengatasi permasalahan gizi dan meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai pola makan sehat, pemerintah Indonesia melalui Kementerian Kesehatan memperkenalkan konsep Isi Piringku sebagai pedoman makan seimbang (Siahaya Alisye, 2024). Istilah "Isi Piringku" dengan gizi seimbang perlu diperkenalkan dan dibiasakan dalam kehidupan sehari-hari. Dengan melakukan edukasi gizi ibu akan memahami bahwa dalam satu porsi makan, setengah piring diisi oleh sayur dan buah, setengahnya lagi diisi dengan sumber protein (baik nabati maupun hewani) dengan proporsi lebih banyak daripada karbohidrat. Pedoman ini dirancang agar mudah dipahami dan diterapkan oleh masyarakat dalam kehidupan sehari-hari, termasuk oleh ibu yang memiliki balita (Rahmanindar & Harnawati, 2020).

Edukasi gizi merupakan suatu metode serta upaya untuk meningkatkan pengetahuan dan perilaku makan sehingga terciptanya status gizi yang normal. Edukasi gizi sangat penting diperlukan untuk masyarakat dan bermanfaat bagi peningkatan perilaku gizi seimbang. Dengan melakukan edukasi memerlukan alat peraga yang dapat membantu dalam kegiatan seperti penggunaan media agar terjalinnya kesinambungan antara informasi yang diberikan oleh pemberi informasi kepada penerima informasi. Alat peraga adalah alat digunakan dalam pengajaran untuk menyampaikan sesuatu atau bahan ajar, karena pengetahuan setiap manusia diterima atau ditangkap melalui panca indera sehingga pengetahuan yang diperoleh lebih jelas (Prima Dewi et al., 2022).

Menurut penelitian yang dilakukan Septiani Lukas Mayun Umur ibu memiliki peranan penting dalam penentuan status gizi anak, misalnya pada kejadian stunting. Ibu balita dengan umur dibawah 20 tahun dan diatas 35 tahun (umur berisiko) memiliki peluang lebih besar untuk memiliki balita berstatus gizi kurang atau buruk dibandingkan dengan ibu balita berumur 20 – 35 tahun (Medika, 2021). Berdasarkan hasil penelitian ini bahwa kategori umur ibu balita

masuk kedalam Wanita Usia Subur (WUS). Menurut Rikesdas tahun 2018 bahwa kategori Wanita Usia Subur (WUS) mulai dari umur 15 – 49 tahun. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan selain umur, pengetahuan juga dapat dipengaruhi oleh faktor lain, seperti media massa, karena semakin canggihnya teknologi saat ini dapat memberikan informasi yang luas seputar apapun termasuk pola asuh anak, resep makan, dan berbagai informasi mengenai gizi (Mayun, 2023).

Menurut penelitian yang dilakukan Mutiara Ayu Kartika Pendidikan kesehatan terhadap ibu dengan balita stunting sangat penting dilakukan karena pendidikan kesehatan ini mempunyai peran yang penting dalam mewujudkan balita yang sehat karena bisa meningkatkan pengetahuan ibu mengenai pola makan terhadap balita stunting. Terdapat beberapa media untuk pendidikan kesehatan yang dapat digunakan untuk menyampaikan pesan kepada masyarakat, salah satunya menggunakan media peraga berupa simulation games (Kartika, 2024).

Berdasarkan latar belakang ini maka peneliti ingin melakukan penelitian Tentang “Gambaran Pengetahuan Dan Keterampilan Isi Piringku Terhadap Pemberian Makan Ibu Pada Balita”.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana Gambaran pengetahuan dan keterampilan ibu yang memiliki balita terhadap isi piringku?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mengetahui gambaran pengetahuan dan keterampilan isi piringku terhadap pemenuhan gizi pada ibu memiliki balita

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi Tingkat pengetahuan dan keterampilan ibu sebelum diberikan edukasi isi piringku
- b. Mengidentifikasi Tingkat pengetahuan dan keterampilan ibu sesudah diberikan edukasi isi piringku.

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Mengetahui Gambaran pengetahuan dan keterampilan pengaruh Isi Piringku terhadap pemenuhan gizi pada ibu memiliki balita.

2. Manfaat Praktik

- a. Bagi Ibu: meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dalam pemenuhan gizi balita
- b. Bagi Posyandu: Menjadi bahan masukan bagi kader posyandu dalam upaya meningkatkan kualitas penyuluhan gizi kepada masyarakat, khususnya ibu balita. Selain itu, penggunaan alat peraga Isi Piringku dapat dimanfaatkan sebagai media edukasi yang lebih menarik dan mudah dipahami oleh Masyarakat.