BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Status gizi yang baik merupakan investasi berharga bagi bangsa Indonesia untuk mewujudkan sumber daya manusia Indonesia yang sehat, cerdas dan produktif untuk mendukung keberhasilan pembangunan nasional. Tingkat konsumsi ditentukan oleh kualitas dan kuantitas makanan yang dikonsumsi.Kuantitas makanan menunjukkan jumlah zat gizi yang masuk dan dibutuhkan oleh tubuh, sedangkan kualitas makanan menunjukkan adanya berbagai jenis zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh (Suryani, 2022).

Asupan zat gizi merupakan salah satu penyebab langsung yang dapat mempengaruhi status gizi balita. Asupan zat gizi di peroleh dari beberapa zat gizi, diantaranya zat gizi makro meliputi energi, karbohidrat, protein dan lemak. Tingkat konsumsi zat gizi makro dapat mempengaruhi status gizi balita. Asupan zat gizi merupakan salah satu faktor yang berhubungan dengan status gizi balita. Asupan makanan yang tidak seimbang bisa mempengaruhi status gizi balita. Kebiasaan hanya menyukai satu atau dua jenis makanan tertentu, jarang sarapan pagi, anak menjadi lebih suka jajan, kurang mengkonsumsi makanan berserat seperti sayuran maupun buah, dan lebih cenderung mengkonsumsi makanan cepat saji atau instan merupakan kebiasaan

Dipindai dengan CamScanner

Anak-anak mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang sangat cepat, masa ini menjadi rentan terhadap masalah gizi, sehingga memerlukan asupan makanan yang cukup dan kaya gizi. Makanan yang kaya gizi mencakup karbohidrat, vitamin, mineral, dan protein yang mencukupi. Namun, makanan yang memiliki nilai gizi kurang sering kali dikonsumsi oleh anak-anak usia balita, karena mereka sering mengalami kesulitan dalam menerima makanan (Agustin, 2020).

Menurut laporan organisasi kesehatan dunia *World Health Organization* (WHO), permasalahan gizi dapat ditunjukkan dengan besarnya angka kejadian gizi buruk yang menunjukkan kesehatan masyarakat Indonesia terendah di *ASEAN*, dan menduduki peringkat ke 142 dari 170 negara. Data WHO menyebutkan bahwa Indonesia tergolong negara dengan status kekurangan gizi yang tinggi pada tahun 2019 yaitu 14,5% (WHO, 2019).

Faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi meliputi; Penyebab Langsung (*Immediate Causes*): Asupan Zat Gizi: Kuantitas dan kualitas makanan (energi, protein, mikronutrien) yang dikonsumsi. Status Kesehatan: Keberadaan penyakit infeksi (seperti diare atau ISPA) yang dapat menurunkan nafsu makan dan menghambat penyerapan gizi. Penyebab Tidak Langsung (*Underlying Causes*): Ketahanan Pangan: Akses dan ketersediaan pangan bergizi di tingkat rumah tangga. Pola Asuh & Pengetahuan: Cara pemberian makan

Dipindai dengan CamScanner

(*feeding rules*) dan tingkat pengetahuan ibu/pengasuh mengenai gizi seimbang. Sanitasi dan Layanan Kesehatan: Ketersediaan air bersih serta akses ke fasilitas kesehatan untuk pencegahan penyakit. Faktor Individu (Karakteristik): Usia, jenis kelamin, aktivitas fisik, berat badan, dan tinggi badan yang menentukan kebutuhan metabolisme dasar (Kemenkes RI, 2025).

Faktor yang Mempengaruhi Asupan Zat Gizi dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal individu; Faktor Internal: Selera makan, cita rasa (suhu, tekstur), kondisi fisiologis (pertumbuhan, kehamilan), dan status psikologis. Faktor Eksternal: Status sosial-ekonomi (daya beli), budaya (pantangan makanan), pengaruh iklan atau media, serta lingkungan sosial (Kemenkes RI, 2025).

Di Indonesia, gizi kurang pada anak-anak yang usia balita tetap menjadi salah satu masalah gizi utama. Faktor langsung penyebab gizi kurang termasuk infeksi dan konsumsi makanan yang tidak mencukupi. Salah satu kelompok yang rentan untuk mengalami masalah kesehatan khususnya masalah gizi adalah usia anak balita. Anak balita memerlukan asupan zat gizi yang sesuai dengan kebutuhan mereka. Proses tumbuh kembang dan kondisi gizi anak dipengaruhi oleh konsumsi zat gizi makro dan mikro. Ketika asupan energi serta zat gizi makro seperti protein tidak mencukupi, dan asupan zat gizi mikro seperti besi dan seng kurang baik baik dari segi jumlah maupun mutu, dampaknya dapat menghambat pertumbuhan,

Dipindai dengan CamScanner

perkembangan, dan status gizi anak. Oleh karena itu, untuk mencegah terjadinya gizi kurang dan menjaga status gizi yang baik pada anak balita dari keluarga yang kurang mampu, perlu memperhatikan asupan zat gizi secara seksama (Anggraeni *et al.*, 2021).

Berdasarkan hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 yang mengintegrasikan SSGI, prevalensi stunting nasional turun menjadi 21,5%. Ini menunjukkan penurunan berkesinambungan, meskipun tantangan untuk mencapai target 14% masih besar. Survei ini mencakup 345.000 rumah tangga balita di 514 kab/kota untuk mengevaluasi gizi balita. Prevalensi Stunting Nasional (2023) 21.5% menurun dari tahun-tahun sebelumnya, namun perlu upaya intensif untuk mencapai target nasional.

Rendahnya konsumsi pangan atau kurang seimbangnya masukan zat-zat gizi yang dikonsumsi mengakibatkan terlambatnya pertumbuhan organ dan jaringan tubuh, yang pada akhirnya menimbulkan terjadinya penyakit dan atau lemahnya daya tahan tubuh terhadap serangan penyakit serta menurunnya kemampuan kerja. Hal ini tentunya akan mempengaruhi kualitas sumber daya manusia di masa yang akan datang. Penerapan gizi seimbang pada keluarga sangat dibutuhkan guna terpenuhinya gizi dalam keluarga terutama untuk anak balita dimana anak balita sangat memerlukan perhatian terutama dalam pemenuhan kebutuhan gizi yang

Dipindai dengan CamScanner

dikonsumsinya. apabila konsumsi gizi makanan pada seorang balita tidak seimbang dengan kebutuhan tubuh, maka akan terjadi kesalahan akibat gizi (*malnutrition*) (Sabillah, 2025).

Status gizi berkaitan dengan keharmonisan antara nutrisi yang dicerna dan jumlah yang dibutuhkan dari tubuh guna berbagai tahapan biologis (termasuk perkembangan fisik, perkembangan, aktivitas, dan pelestarian kesehatan). Selanjutnya, status gizi dapat bertindak selaku tes lakmus guna kesejahteraan fisik seseorang, yang mencerminkan keseimbangan asupan dan pengeluaran energi di dalam tubuh (Kusuma *et al.* 2022).

Di masyarakat, metode pengukuran status gizi yang paling sering digunakan adalah antropometri gizi. Saat ini program pemantauan status gizi anak balita menggunakan metode antropometri, sebagai cara untuk menilai status gizi. Antopometri berhubungan dengan berbagai macam pengukuran dimensi tubuh dan komposisi tubuh dari berbagai tingkat umur tingkat gizi. Berbagai badan merupakan pilihan utama karena parameter yang paling baik, mudah di pakai, mudah di mengerti, memberikan gambaran konsumsi energi terutama dari karbohidrat dan lemak. Alat yang dapat memenuhi persyaratan dan kemudian di pilih di anjurkan untuk digunakan dalam penimbangan anak balita adalah timbangan dacin (Utami Handayani Nur, 2021).

Dipindai dengan CamScanner

Data lapangan diperoleh bahwa Posyandu Inakaka Passo Kota Ambon, jumlah keseluruhan 55 balita, laki-laki 26 dan perempuan 29. Status gizi balita berat badan kurang (1 orang), berat badan tidak naik (8 orang) dan gizi kurang (1 orang).

Berdasarkan uraian di atas penulis ingin melakukan penelitian tentang tingkat asupan zat gizi makro dengan status gizi balita di Posyandu Inakaka Passo Kota Ambon.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka rumusan masalah penelitian adalah bagaimana Gambaran Tingkat Asupan Zat Gizi Makro Dengan Status Gizi Balita Di Posyandu Inakaka Passo kota Ambon.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

   Untuk mengetahui Gambaran Tingkat Asupan Zat Gizi Makro Dengan Status Gizi Balita di Posyandu Inakaka Passo kota Ambon.

2. Tujuan Khusus

   a. Untuk mengetahui tingkat Asupan Zat Gizi Makro Balita di Posyandu Inakaka Passo kota Ambon.

   b. Untuk mengetahui Status Gizi Balita di Posyandu Inak aka Passo Kota Ambon.

Dipindai dengan CamScanner

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Praktis

   Agar dapat menambah wawasan serta memberikan tambahan informasi mengenai Gambaran Tingkat Asupan Zat Gizi Makro Dengan Status Gizi Balita di Posyandu Inakaka Passo kota Ambon.

2. Manfaat Teoritis

   a. Dapat menambah referensi pengetahuan dalam meningkatkan pelayanan kepada masyarakat, khususnya yang berkaitan dengan Gambaran Tingkat Asupan Zat Gizi Makro Dengan Status Gizi Balita di Posyandu Inakaka Passo kota Ambon.

   b. Mampu melakukan penelitian yang diperlukan dalam menyelesaikan tugas akademis.

   c. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan dan informasi bagi peneliti lainnya untuk melakukan penelitian mengenai subtansi penelitian yang dimaksud.

Dipindai dengan CamScanner