

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Mutu individu sangat bergantung pada pola makan yang proporsional demi menjaga produktivitas personil. Standar nutrisi ideal terwujud apabila sistem ragawi mendapat asupan nutrisi lengkap guna menyokong kematangan jasmani, fungsi kognitif, serta kapasitas dalam meraih derajat kebugaran yang maksimal. Karena itu, pemenuhan nutrisi bagi balita saat fase perdana eksistensinya menjadi faktor krusial yang tergolong dalam jendela kesempatan dan di usia tersebut bocah menempati tahapan pertumbuhan krusial yang dikenal sebagai masa keemasan. Dalam rentang waktu vital itu bila balita defisit nutrisi maupun surplus nutrisi bakal memicu dampak negatif yang pasti terjadi, hingga mudah terkena serangan kuman, memicu lemahnya daya pikir, degradasi energi motorik, hambatan perkembangan raga juga jiwa, kekerdilan, gangguan penglihatan bahkan mampu memancing maut (Adriani 2012). Masa pertumbuhan emas terjadi pada rentang usia dini, di mana perkembangan fisik dan otak berlangsung secara signifikan dan membutuhkan dukungan nutrisi maksimal. Kelompok usia ini sangat bergantung pada asupan nutrisi lengkap guna menunjang kematangan fungsi tubuh serta daya tahan fisik yang optimal (Pratiwi, Lestari, dkk 2021).

Mengacu pada riset World Health Organization (WHO) periode 2021, rasio kecukupan nutrisi secara internasional berada di 28,5%, namun indeks ini meningkat bagi negara tertinggal yakni sekitar 32,2%. Pada benua Asia, angka

malnutrisi buruk terdeteksi di 30,6%, sementara zona Asia Tenggara menyentuh poin 29,4%. Laporan Ringkasan Kesehatan Nasional memaparkan tren pertumbuhan jumlah anak malnutrisi dari level 16,3% saat musim 2019 naik menuju 17,0% periode 2021. Berbagai daerah lewat statistik kasus terburuk mencakup wilayah Papua Barat (8,2%), Nusa Tenggara Timur (7,2%), Kalimantan Barat (6,4%), Kalimantan Timur (6,2%), Jawa Timur (5,8%), Papua serta Aceh (tiap wilayah 5,6%), lalu Kalimantan Selatan beserta Jawa Tengah (tiap wilayah 5,3%). Di sisi lain, area seperti Sulawesi Tengah juga Sumatera Barat (5,2%), Kalimantan Tengah (5,1%), DI Yogyakarta maupun Nusa Tenggara Barat (5,0%), sampai Bengkulu (1,1%) tetap memperlihatkan temuan defisit energi bagi balita, meskipun lewat persentase yang minim (Kementerian Kesehatan RI, 2022).

Data otoritas medis setempat lewat Profil Kesehatan Kabupaten Mojokerto Tahun 2024 (Dinas Kesehatan Kabupaten Mojokerto, 2024) menguraikan langkah strategis guna memperbaiki kualitas nutrisi anak. Inisiatif ini mencakup sosialisasi pola makan bergizi untuk orang tua, pengecekan rutin progres fisik di posyandu, serta bimbingan teknis terkait teknik penyajian asupan nutrisi. Agenda ini digulirkan sebagai respons atas fenomena malnutrisi yang dipicu oleh minimnya pemahaman orang tua perihal standar nutrisi dan metode suplementasi pangan yang benar. Menyikapi hal itu, petugas medis menekankan pentingnya asupan variatif mulai dari sumber energi, protein, hingga serat, sekaligus memberikan instruksi pengolahan bahan pangan higienis demi kecukupan gizi harian. Transformasi wawasan ibu mengenai diet seimbang ini

diproyeksikan mampu mengubah perilaku pemberian makan, yang pada akhirnya akan mengakselerasi kematangan fisik dan kognitif anak serta meminimalisir risiko gangguan pertumbuhan di masa depan (Dinas Kesehatan Kabupaten Mojokerto, 2024).

Berdasarkan data Puskesmas Di Dusun Sumengko, Kecamatan Jatirejo, diperoleh data bahwa terdapat 7 balita yang mengalami penurunan status gizi dan 7 balita ini masuk dalam kategori gizi kurang. Kondisi ini disebabkan oleh masih adanya balita yang mengalami kesulitan makan akibat menurunnya nafsu makan, yang dipengaruhi oleh rasa bosan terhadap menu makanan yang kurang bervariasi serta cara penyajian makanan yang monoton. Dari hasil survei awal yang dilakukan pada tanggal 29 Desember 2025 melalui wawancara pada 7 orang tua balita di dapatkan bahwa ada 3 orang tua yang menyampaikan bahwa gizi seimbang dapat penyajian makanan yang mengandung protein seperti telur dan daging, serta sayur-sayuran dan buah-buahan. Anak tidak memiliki alergi terhadap makanan tertentu, dan penyajian makanan dilakukan secara bervariasi, misalnya nasi dengan lauk ayam dan sayur. Sementara itu, pada 4 orang tua balita belum mengerti mengenai gizi seimbang, yang dibuktikan dengan masih jarang memberikan makanan sumber protein karena anak tidak menyukainya dan memiliki alergi terhadap beberapa jenis makanan seperti daging dan telur. Selain itu, penyajian makanan cenderung kurang bervariasi dan terasa hambar. Meskipun demikian, sebagian besar balita tetap mendapatkan pola asuh yang baik, baik diasuh langsung oleh orang tua maupun oleh nenek. Menurut jurnal Siburian et al. (2023) Menyampaikan bahwa variasi makanan memiliki peran yang sangat

penting dalam memenuhi kebutuhan gizi balita serta mendukung pertumbuhan dan perkembangan secara optimal. Dalam jurnal tersebut dijelaskan bahwa kurangnya variasi dalam penyajian makanan dapat menyebabkan asupan gizi anak menjadi tidak seimbang, karena kebutuhan zat gizi tidak terpenuhi secara lengkap. Oleh karena itu, berdasarkan temuan dalam jurnal tersebut, ibu atau pengasuh perlu memperhatikan keberagaman jenis makanan yang diberikan agar kebutuhan nutrisi balita dapat terpenuhi secara optimal.

Kondisi nutrisi ideal bagi anak di bawah lima tahun sangat bergantung pada kualitas konsumsi harian yang diterima tubuhnya. Ketika proporsi asupan nutrisi tidak berjalan secara harmonis, potensi munculnya malnutrisi maupun beban berat badan berlebih menjadi risiko yang nyata. Fenomena ini menciptakan tantangan ganda, di mana selain ancaman defisiensi nutrisi, angka kasus kegemukan ekstrem atau obesitas pada usia dini juga kian mengkhawatirkan. Dampak buruk dari kondisi kelebihan berat badan ini tidak hanya menghambat perkembangan struktur tubuh secara alami, tetapi juga menjadi pintu masuk bagi gangguan kesehatan serius seperti penyakit jantung, keganasan sel, hingga gangguan kadar gula darah.

Wawasan luas mengenai pola makan sehat wajib dimiliki setiap orang tua karena posisi mereka sebagai penentu asupan di rumah. Pemahaman mendalam terkait nutrisi esensial menjadi kunci, sebab sosok ibu biasanya memegang kendali penuh atas pemilihan menu harian. Seorang ibu yang minim literasi gizi cenderung menyajikan hidangan yang kurang memenuhi standar kesehatan bagi tumbuh kembang balita mereka. Sejatinya, tingginya tingkat pemahaman gizi

akan berbanding lurus dengan ketelitian dalam menentukan variasi serta porsi santapan yang diberikan kepada sang anak. Sebaliknya, orang tua yang tidak membekali diri dengan edukasi nutrisi bakal cenderung membeli makanan hanya berdasarkan tampilan fisik tanpa melihat kandungan di dalamnya. Namun bagi mereka yang terpelajar secara nutrisi, logika dan data mengenai manfaat makanan akan selalu menjadi landasan utama sebelum menyajikannya di meja makan (Sundari dan Khayati 2020).

Masih ditemukan adanya kesenjangan antara program pemerintah dalam upaya perbaikan gizi anak balita dengan praktik pemberian makanan yang dilakukan oleh ibu di lapangan. Meskipun pemerintah telah mendorong penerapan gizi seimbang melalui berbagai program edukasi gizi dan kegiatan posyandu, belum semua ibu memiliki pengetahuan yang memadai tentang prinsip gizi seimbang dalam pemberian makanan pada anak balita. Kurangnya pemahaman ibu mengenai jenis, jumlah, dan variasi makanan yang sesuai dengan kebutuhan gizi balita menyebabkan pola pemberian makanan belum optimal. Kondisi ini menunjukkan adanya ketidaksesuaian antara meningkatnya kebutuhan nutrisi pada masa balita dengan praktik pemberian makanan yang belum sepenuhnya memenuhi prinsip gizi seimbang. Akibatnya, anak balita masih berisiko mengalami masalah gizi yang dipengaruhi oleh rendahnya pengetahuan ibu serta pola makan sehari-hari yang kurang sesuai dengan kebutuhan gizi anak.

Untuk mengatasi persoalan ini, perlu langkah nyata untuk menambah pemahaman para ibu terkait gizi seimbang buat anak balita. Salah satu jalan keluarnya bisa lewat edukasi kesehatan atau penyuluhan langsung dari petugas

medis, baik di Posyandu maupun Puskesmas. Program ini fokus membekali ibu dengan info seputar pentingnya nutrisi lengkap, pilihan menu yang pas buat balita, takaran serta jadwal makan, sampai teknik memasak yang benar. Dukungan media belajar seperti leaflet, poster, atau buku panduan gizi juga sangat membantu supaya pesan yang disampaikan lebih mudah dimengerti. Kalau pengetahuan ibu sudah mumpuni, harapannya pola asuh makan jadi lebih berkualitas dan sesuai kebutuhan si kecil. Hal ini sangat krusial demi mendukung tumbuh kembang anak yang maksimal sekaligus menjauhkan mereka dari risiko gangguan gizi.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana Pengaruh Multi Audio Visual Gizi Seimbang Terhadap Pengetahuan Ibu Dalam Pemberian Makanan Pada Anak Balita ?

1.3 Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk melihat bagaimana dampak pemberian edukasi lewat media audio visual yang beragam mengenai konsep gizi seimbang terhadap tingkat pemahaman para ibu di dusun sumengko dalam hal menyajikan asupan nutrisi bagi anak balita.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui tingkat pengetahuan ibu tentang pemberian makanan gizi seimbang pada anak balita sebelum diberikan edukasi menggunakan multi audio visual di dusun sumengko
- b. Mengetahui tingkat pengetahuan ibu tentang pemberian makanan gizi seimbang pada anak balita sesudah diberikan edukasi menggunakan multi audio visual di dusun semengko

- c. Menganalisis pengaruh edukasi menggunakan multi audio visual tentang gizi seimbang terhadap pengetahuan ibu dalam pemberian makanan pada balita di dusun sumengko

1.4 Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara teoretis, hasil kajian ini diharapkan mampu memperluas cakrawala berpikir para orang tua mengenai urgensi penyajian asupan nutrisi yang proporsional bagi anak usia bawah lima tahun

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Ibu

Meningkatkan pemahaman mengenai pemberian makanan gizi seimbang yang tepat untuk anak balita

b. Bagi tenaga kesehatan

Sebagai bahan pertimbangan dalam merancang program edukasi gizi

c. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini bisa jadi pijakan atau rujukan buat riset-riset berikutnya.