

## **BAB 1 PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Status gizi seseorang dipengaruhi oleh makanan yang dikonsumsi. Status gizi yang baik atau optimal yang terjadi ialah tubuh akan memperoleh cukup zat-zat gizi yang dapat digunakan secara efisien (Robert dan Posangi, 2013). Keadaan gizi yang baik adalah salah satu prasyarat utama untuk mewujudkan sumber daya manusia yang berkualitas. Masalah gizi dapat terjadi di setiap siklus kehidupan, dimulai dari sejak dalam kandungan (janin), bayi, anak, dewasa dan usia lanjut. Masalah gizi merupakan salah satu penentu kualitas sumber daya manusia. Gizi yang tidak seimbang, baik kekurangan maupun kelebihan, akan mempengaruhi kualitas sumber daya manusia (Rismawati dk, 2015). Permasalahan gizi di Indonesia saat ini semakin kompleks antara lain kekurangan gizi dan kelebihan gizi yang harus ditangani dengan serius (Rodiah dkk, 2018).

Masalah gizi yang kurang pada umumnya disebabkan oleh kemiskinan, kurangnya ketersediaan pangan, kurang baiknya kualitas lingkungan seperti sanitasi, kurangnya pengetahuannya masyarakat tentang gizi, menu seimbang dan kesehatan, dan adanya daerah miskin gizi seperti kekurangan yodium. Sebaliknya masalah gizi lebih disebabkan oleh kemajuan ekonomi pada lapisan masyarakat tertentu disertai dengan kurangnya pengetahuan tentang gizi, menu seimbang dan kesehatan (Almatsier, 2002).

Untuk menanggulangi masalah gizi di Indonesia, sejak tahun 1999 telah dikeluarkan Inpres nomor 8 tahun 1999 tentang Gerakan Nasional Penanggulangan Masalah Pangan dan Gizi yang diarahkan pada pemberdayaan keluarga, pemberdayaan masyarakat dan pementapan kerjasama lintas sektor (Almatsier, 2004). Salah satunya yaitu dengan Kadarzi. Keluarga Sadar Gizi (Kadarzi) adalah keluarga yang melakukan praktek perilaku gizi seimbang dengan cara yang baik dan benar. Kadarzi mempunyai fungsi untuk dapat mengenali dan mengatasi masalah gizi yang ada dalam keluarga dan

lingkungan (Wijayanti dan Nindya, 2017). Lima indikator yang terdapat pada Kadarzi yaitu, menimbang berat badan secara rutin, memberikan ASI eksklusif, makan beraneka ragam, menggunakan garam beryodium dan mengonsumsi suplementasi zat gizi.

Terjadinya masalah gizi salah satunya terjadi pada anak balita. Anak balita (0-5 tahun) merupakan kelompok yang dapat menunjukkan pertumbuhan badan yang pesat, sehingga akan memerlukan zat-zat gizi untuk pertumbuhan dan perkembangan tubuh. Tetapi anak balita justru merupakan kelompok umur yang paling rentan untuk menderita yang disebabkan karena kekurangan gizi (Sediaoetama, 2010). Pola asuh makan yang diterapkan oleh ibu akan berpengaruh terhadap pertumbuhan dan perkembangan balita karena kekurangan gizi pada masa balita akan bersifat irreversible (tidak dapat pulih), sehingga pada masa ini balita membutuhkan asupan makan yang berkualitas (Widyaningsih dkk, 2018).

Salah satu permasalahan yang terjadi pada balita adalah kurangnya konsumsi sayur dan buah. Hal ini berdasarkan data hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) oleh Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (2013) bahwa terdapat prevalensi kurang makan buah dan sayur untuk usia dibawah 10 tahun mencapai 93,5%, dan baru 77,1%. Berdasarkan Riskesdas Provinsi Banten (2013) persentase kurangnya frekuensi makan buah dan sayur sebesar 97,6%. Konsumsi buah dan sayur pada anak balita yang masih rendah disebabkan karena makanan tersebut biasanya kurang disukai anak. Masalah gizi akibat kurangnya konsumsi sayur dan buah antara lain dapat terjadi beberapa hal diantaranya overweight.

Berdasarkan hasil survei kuesioner melalui google form yang disebarakan kepada warga "Perumahan Wisma Mas" menunjukkan hasil bahwa sebanyak 65,4% yang tidak rutin mengonsumsi sayur dan buah pada anak. Sehingga berdasarkan paparan diatas bahwa peneliti ingin menganalisis apakah dalam salah satu keluarga di lingkungan daerah tempat tinggal yang berada di "Perumahan Wisma Mas" di Kelurahan Kuta Jaya sudah menerapkan Kadarzi dalam pola konsumsi sayur dan buah untuk anak balita. Untuk itu program

intervensi gizi ini melibatkan mahasiswa gizi dengan kegiatan Praktik Kerja Lapangan (PKL) pada bidang Manajemen Intervensi Gizi. Sehingga kegiatan ini dapat berpengaruh terhadap masalah yang terjadi di Perumahan Wisma Mas.

## **B. Perumusan Masalah**

Bagaimana program intervensi yang akan dilakukan untuk meningkatkan pola konsumsi sayur dan buah untuk anak balita di Perumahan Wisma Mas Kelurahan Kuta Jaya ?

## **C. Tujuan**

### **1. Tujuan Umum**

Melakukan intervensi gizi pada ibu balita demi meningkatkan pola konsumsi sayur dan buah untuk anak balita di Perumahan Wisma Mas Kelurahan Kuta Jaya.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Meningkatkan pengetahuan ibu balita terkait pentingnya konsumsi sayur dan buah untuk anak balita.
- b. Meningkatkan pengetahuan ibu terkait variasi dari olahan menu sayur dan buah untuk anak balita.
- c. Meningkatkan pola konsumsi sayur dan buah untuk anak balita diharapkan balita dapat konsumsi setiap hari.

## **D. Manfaat**

### **1. Bagi Lahan PKL**

Kegiatan PKL ini dapat meningkatkan pengetahuan dan wawasan mengenai gizi kepada masyarakat selama dilakukan intervensi supaya dapat mencegah dan menanggulangi masalah gizi yang dapat terjadi.

### **2. Bagi Program Studi Gizi Klinik**

Sebagai tambahan bahan kepustakaan yang dapat digunakan sebagai referensi untuk penelitian bagi dosen maupun mahasiswa dan

pengembangan bidang ilmu yang relevan sesuai dengan kondisi di masyarakat.

### **3. Bagi Mahasiswa**

Menambah wawasan mahasiswa terkait ilmu gizi, melatih mahasiswa dalam berpikir kritis dalam menghadapi masalah gizi yang terjadi di masyarakat serta dapat digunakan sebagai referensi untuk penelitian yang akan datang.