

## **BAB I PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Pembangunan di Indonesia merupakan pembangunan yang berkesinambungan, meliputi seluruh kehidupan masyarakat baik dari segi sosial, politik, ekonomi, budaya maupun pertahanan keamanan. Setiap tahapan pembangunan yang dilaksanakan memiliki tujuan-tujuan tertentu yang ditujukan untuk mencapai kesejahteraan rakyat. Pembangunan di bidang pangan dan perbaikan gizi terkait erat dengan peningkatan sumber daya manusia, karena seseorang yang terpenuhi kebutuhan pangan dengan gizi yang seimbang akan lebih mampu berperan aktif dalam pembangunan.

Pembangunan di masa sekarang dan yang akan datang akan menghadapi berbagai masalah diantaranya masalah gizi. Salah satu faktor yang menyebabkan keadaan ini terjadi adalah bertambahnya jumlah penduduk yang cenderung meningkat terus dan berbagai faktor yang berkaitan mencakup aspek-aspek ekonomi, sosial dan budaya.

Dewasa ini di Indonesia masih terdapat masalah kekurangan gizi di masyarakat. Masalah gizi utama di Indonesia meliputi Kurang Energi Protein (KEP), kurang vitamin A, kurang yodium (gondok edemik) dan kurang zat besi (Pedoman Gerakan Sayang Ibu, 1998:3). Kekurangan gizi menurut pendapat Suhardjo (1989:8) dapat disebabkan karena berbagai faktor, yaitu ;

1. Konsumsi pangan kurang, baik jumlah maupun mutunya.
2. Kekurangan salah satu atau lebih zat gizi yang menimbulkan beberapa penyakit defisiensi antara lain : marasmus, pellagra, polio dan anemia gizi
3. Menderita sakit, faktor keturunan atau karena lingkungan yang menyebabkan gangguan penyerapan zat gizi.

Pemahaman gizi bagi ibu hamil perlu lebih diperhatikan mengingat fungsinya selain untuk ibu hamil juga untuk bayi yang dikandungnya. Ibu hamil perlu gizi yang bermutu, tidak berlebihan, tidak kekurangan. Ibu hamil tidak hanya mengikuti selera makan sendiri, karena bila hanya mengikuti selera ibu hamil belum tentu sesuai dengan kebutuhan gizi yang dibutuhkan tubuh ibu hamil dan bayi. Ibu hamil membutuhkan gizi seimbang, sesuai dengan yang dikemukakan oleh Departemen Kesehatan dan Kesejahteraan Sosial (2000 : 3), yaitu :

“Gizi seimbang bagi ibu hamil adalah keseimbangan antara zat gizi yang diperlukan oleh ibu hamil untuk kesehatan ibu dan pertumbuhan serta perkembangan janinnya yang dapat dipenuhi oleh asupan zat gizi dari aneka ragam makanan “.

Ibu hamil perlu mengkonsumsi makanan sehari-hari yang beraneka ragam, agar kekurangan zat gizi pada jenis makanan yang satu akan dilengkapi oleh keunggulan susunan zat gizi jenis makanan lain, sehingga diperoleh asupan zat gizi yang seimbang. Upaya perbaikan gizi ibu hamil dari peran serta masyarakat yaitu, kegiatan yang dapat dilakukan oleh dan untuk masyarakat dalam meningkatkan pengetahuan gizi ibu hamil dalam bentuk penyuluhan gizi.

Penyuluhan gizi sebagai upaya untuk meningkatkan sadar gizi ibu hamil, dilaksanakan baik oleh instansi pemerintah maupun swasta. Salah satu tujuan penyuluhan yang dilaksanakan oleh instansi pemerintah yaitu peningkatan pengetahuan gizi ibu hamil melalui program Gerakan Sayang Ibu. Peningkatan pengetahuan gizi ibu hamil merupakan indikator untuk mengetahui baik tidaknya konsumsi pangan dan untuk memantau perkembangan ibu dan bayi yang dikandung.

Penyuluhan gizi yang telah dapat dilaksanakan yaitu di Desa Lebakjaya, tentang pentingnya makanan bergizi, khususnya dalam menyelenggarakan makanan

sehari-hari. Ibu hamil kurang memperhatikan gizi dan jumlah kecukupan gizi, karena itu pemerintah bekerja sama dengan aparat kesehatan dan kader setempat dalam mengatasi hal tersebut yaitu dengan memberikan penyuluhan mengenai penyelenggaraan makanan yang mengandung zat-zat gizi yang baik bagi ibu hamil, yang disampaikan oleh kader posyandu secara intensif.

Keberhasilan penyuluhan gizi dapat dilihat dari manfaat yang dirasakan oleh ibu hamil. Penulis sebagai mahasiswi Pendidikan Tata boga Jurusan PKK yang telah mendalami mata kuliah pendidikan nutrisi dan ilmu gizi merasa tertarik untuk mengetahui keberhasilan penyuluhan dengan meneliti tentang manfaat penyuluhan gizi ibu hamil.

## **B. Rumusan Masalah**

### **1. Pembatasan Masalah**

Permasalahan yang akan diteliti oleh penulis adalah bagaimana manfaat penyuluhan gizi ibu hamil sebagai upaya peningkatan pengetahuan gizi ibu hamil pada program GSI yang dilaksanakan di Desa Lebakjaya Kecamatan Karangpawitan Kabupaten Garut?

Dari luasnya gambaran masalah di atas, maka dalam penelitian ini penulis batasi pada :

- a. Manfaat penyuluhan gizi sebagai upaya peningkatan pengetahuan gizi ibu hamil pada program gerakan sayang ibu berkaitan dengan aspek pengetahuan ibu mengenai bahan makanan yang termasuk karbohidrat, protein, vitamin, penyimpanan ikan dan seafood, penyimpanan telur, susu dan keju, menyimpan sayuran, seimbang bagi ibu hamil, penyajian makanan ibu hamil, akibat

kekurangan gizi ibu hamil, faktor yang mempengaruhi gizi ibu hamil, zat gizi yang harus dikonsumsi, pengolahan sayuran, menyusun menu, memilih jenis hidangan.

- b. Manfaat penyuluhan gizi sebagai upaya peningkatan pengetahuan gizi ibu hamil pada program gerakan sayang ibu yang meliputi aspek sikap dalam merawat kehamilan agar tetap sehat, mencukupi kebutuhan gizi ibu dan bayi, mengkonsumsi makanan, mengkonsumsi makanan untuk mengurangi rasa mual, menambah wawasan tentang penyediaan makanan, memelihara kesehatan, menerima penyuluhan tentang gizi, mengkonsumsi makanan bergizi.
- c. Manfaat penyuluhan gizi sebagai upaya peningkatan pengetahuan gizi ibu hamil pada program gerakan sayang ibu mengenai aspek psikomotor ibu dalam persiapan pengolahan, proses mengolah bahan makanan, menyajikan menu makan pagi, memvariasikan ragam pengolahan, upaya menghindari agar bayi tidak terlampaui besar, memvariasikan pengolahan bahan makanan yang terdapat dipekarangan rumah.

## **2. Rumusan Masalah**

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana manfaat penyuluhan gizi yang diperoleh selama penyuluhan sebagai upaya peningkatan pengetahuan gizi, yang dirumuskan dalam judul penelitian Manfaat Penyuluhan Gizi Sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan Gizi Ibu Hamil Pada Program Gerakan Sayang Ibu.

### 3. Definisi Oprasional

Definisi oprasional perlu dikemukakan untuk menghindari kesalahpahaman antara penulis dengan pembaca mengenai yang dikemukakan dalam penelitian, yang diawali dengan menjelaskan istilah yang digunakan khususnya dalam judul penelitian ini, yaitu :“ **Manfaat Penyuluhan Gizi Ibu Hamil Sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan Gizi ibu Hamil Pada Program gerakan sayang Ibu** “. Definisi oprasional itu adalah sebagai berikut :

#### a. Manfaat Penyuluhan Gizi Ibu Hamil

- 1) *Manfaat* menurut Poerwadarminta dalam Kamus Umum Bahasa Indonesia (2002 ; 626) adalah Guna atau faedah.
- 2) *Penyuluhan Gizi Ibu hamil* menurut Buku Pedoman Gerakan Sayang Ibu (1998:13) adalah suatu upaya pemerintah bekerja sama dengan aparat kesehatan dan kader dalam meningkatkan pengetahuan gizi ibu hamil sehingga ada perubahan kondisi kesehatan pada diri sendiri.

Pengertian Manfaat Penyuluhan gizi ibu hamil dalam penelitian ini mengacu pada Kamus Besar Bahasa Indonesia dan Program Gerakan Sayang Ibu adalah guna atau faedah yang diperoleh ibu hamil setelah memperoleh penyuluhan dari aparat kesehatan dan kader dalam peningkatan pengetahuan gizi ibu hamil.

#### b. Upaya Peningkatan Pengetahuan Gizi

- 1) *Upaya sama dengan usaha* menurut Poerwadarminta dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (2002 : 997) adalah kegiatan dengan mengerahkan tenaga, pikiran atau badan untuk mencapai suatu maksud.

2) *Peningkatan Pengetahuan Gizi* menurut Soekirman (1999: 66) adalah cara yang dilakukan untuk meningkatkan segala hal yang dipahami dan dialami yang membentuk suatu informasi tentang makanan dalam hubungannya dengan kesehatan dan proses dimana organisme menggunakan makanan untuk pemeliharaan kehidupan, pertumbuhan, dan bekerjanya anggota dan jaringan tubuh secara normal dan untuk produksi tenaga.

Upaya peningkatan pengetahuan gizi dalam penelitian ini mengacu pada Kamus Besar Bahasa Indonesia dan pendapat Soekirman adalah kegiatan dengan mengerahkan tenaga pikiran atau badan dalam proses peningkatan pengetahuan gizi ibu hamil, yang membentuk suatu informasi tentang makanan untuk pemeliharaan kehidupan, pertumbuhan, dan bekerjanya anggota dan jaringan tubuh secara normal dan untuk produksi tenaga.

**c. Program Gerakan Sayang Ibu**

Menurut Pedoman Pencatatan dan Pelaporan Gerakan Sayang Ibu (1999 : 7) adalah kegiatan yang dilakukan oleh aparat kesehatan dan kader dalam upaya peningkatan kesejahteraan ibu hamil.

Pengertian Manfaat Penyuluhan Gizi sebagai upaya peningkatan pengetahuan gizi ibu hamil dari penyuluhan gizi yang dilakukan oleh aparat kesehatan dan kader.

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Tujuan umum yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah untuk memperoleh data manfaat hasil penyuluhan gizi sebagai upaya peningkatan pengetahuan gizi ibu hamil pada program gerakan sayang ibu.

### **2. Tujuan Khusus**

Tujuan khusus yang hendak dicapai dalam penyuluhan ini adalah untuk memperoleh data secara spesifik tentang :

- a) Manfaat penyuluhan gizi sebagai upaya peningkatan pengetahuan gizi ibu hamil pada program gerakan sayang ibu berkaitan dengan sumber bahan makanan yang meliputi aspek pengetahuan ibu mengenai bahan makanan yang termasuk karbohidrat, protein, vitamin, penyimpanan ikan dan seafood, penyimpanan telur, susu dan keju, menyimpan sayuran, seimbang bagi ibu hamil, penyajian makanan ibu hamil, akibat kekurangan gizi ibu hamil, faktor yang mempengaruhi gizi ibu hamil, zat gizi yang harus dikonsumsi, pengolahan sayuran, menyusun menu, memilih jenis hidangan.
- b) Manfaat penyuluhan gizi sebagai upaya peningkatan pengetahuan gizi ibu hamil pada program gerakan sayang ibu berkaitan dengan merawat kehamilan agar tetap sehat, mencukupi kebutuhan gizi ibu dan bayi, mengkonsumsi makanan, mengkonsumsi makanan untuk mengurangi rasa mual, menambah wawasan tentang penyediaan makanan, memelihara kesehatan, menerima penyuluhan tentang gizi, mengkonsumsi makanan bergizi

- c) Manfaat penyuluhan gizi sebagai upaya peningkatan pengetahuan gizi ibu hamil pada program gerakan sayang ibu berkaitan dengan fungsi gizi bagi ibu hamil mengenai aspek psikomotor ibu dalam persiapan pengolahan, proses mengolah bahan makanan, menyajikan menu makan pagi, memvariasikan ragam pengolahan, upaya menghindari agar bayi tidak terlampau besar, memvariasikan pengolahan bahan makanan yang terdapat dipekarangan rumah.

### **3. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan manfaat secara langsung maupun tidak langsung bagi berbagai pihak dan dapat dijadikan bahan masukan, diantaranya bagi :

- a) Kader Posyandu, yaitu sebagai bahan evaluasi setelah memberikan penyuluhan pemberian gizi ibu hamil tentang pentingnya mengkonsumsi dan menyelenggarakan makanan yang mengandung zat-zat gizi yang baik bagi ibu hamil .
- b) Ibu hamil, dalam peningkatan mengkonsumsi makanan yang mengandung zat-zat gizi dan menyelenggarakan makanan yang baik dan sehat bagi ibu hamil .
- c) Mahasiswa jurusan PKK khususnya mahasiswa program studi spesialisasi Pendidikan Tata Boga, dalam mendalami mengenai masalah gizi yang dihadapi oleh ibu hamil serta upaya-upaya yang dilakukan dalam mengatasi masalah tersebut.

#### D. Asumsi

Asumsi merupakan anggapan dasar merupakan titik tolak pemikiran yang kebenarannya dapat diterima dan dipertanggung jawabkan serta dapat memperkuat kedudukan permasalahan yang penulis teliti, sesuai dengan pendapat Surakhmad dan Arikunto (2002 ; 58) bahwa ; Postulat atau anggapan dasar adalah sebuah titik tolak pemikiran yang kebenarannya diterima oleh penyelidik.

Pendapat di atas dijadikan acuan di dalam merumuskan asumsi dalam penelitian ini, sehingga asumsi tersebut diuraikan sebagai berikut ;

1. Penyuluhan gizi sebagai upaya untuk meningkatkan sadar gizi ibu hamil dilaksanakan baik oleh instansi pemerintah maupun swasta, salah satu tujuan penyuluhan yang dilaksanakan oleh instansi pemerintah yaitu peningkatan pengetahuan gizi ibu hamil melalui program gerakan sayang ibu. Penyuluhan gizi yang baik pada masyarakat sebagai upaya terpadu antara pemerintah dan masyarakat tentang makanan yang dikonsumsi. Asumsi ini ditunjang oleh pendapat Pranadji (1992 : 2) yaitu : “ Penyuluhan gizi merupakan serangkaian kegiatan penyampaian pesan gizi untuk tujuan menanamkan dan meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku hidup sehat pada masyarakat institusi kesehatan”.
2. Hasil penyuluhan gizi ibu hamil sebagai upaya peningkatan pengetahuan gizi ibu hamil dapat bermanfaat apabila ibu hamil dapat mentransfer ilmu pengetahuan dan keterampilan yang diperolehnya dalam penyuluhan gizi, sehingga dapat diaplikasikan pada kehidupan sehari-hari.. penyuluhan gizi merupakan proses belajar yang terencana dan terarah dengan tujuan untuk merubah kebiasaan pola makan yang merugikan kesehatan ibu hamil. Asumsi ini ditopang oleh pendapat

Supariasa (2001 : 36), yaitu : “ .... Hasil kegiatan penyuluhan gizi harus dapat diaplikasikan pada kehidupan sehari-hari dibandingkan sebelum mendapat penyuluhan gizi”.

3. Pengetahuan, sikap dan keterampilan tentang pengetahuan gizi yang diperoleh peserta penyuluhan dapat bermanfaat bagi peserta penyuluhan sebagai upaya peningkatan pengetahuan gizi ibu hamil sehingga kondisi gizi ibu yang optimal sangat penting dalam menciptakan sumberdaya manusia yang berkualitas. Asumsi ini ditunjang oleh pendapat Syarif (1997), yaitu : “Sumberdaya manusia yang berkualitas sebagai salah satu modal dasar pembangunan karena dimensinya yang begitu kompleks salah satu yang paling mendasar adalah faktor gizi masyarakat yang tercermin oleh keadaan individu”.

#### **E. Pertanyaan Penelitian**

Pertanyaan penelitian yang dirancang sebagai acuan di dalam melakukan penelitian, dirumuskan sebagai berikut :

1. Bagaimana manfaat penyuluhan gizi sebagai upaya peningkatan pengetahuan gizi berkaitan dengan aspek pengetahuan sebagai upaya peningkatan pengetahuan gizi ibu hamil pada program gerakan sayang ibu berkaitan dengan aspek pengetahuan ibu mengenai sumber bahan makanan protein, karbohidrat, vitamin, penyimpanan ikan dan seafood, penyimpanan telur, susu dan keju, menyimpan sayuran, seimbang bagi ibu hamil, penyajian makanan ibu hamil, akibat kekurangan gizi ibu hamil, faktor yang mempengaruhi gizi ibu hamil, zat gizi yang harus dikonsumsi, pengolahan sayuran, menyusun menu, memilih jenis hidangan

2. Bagaimana manfaat penyuluhan gizi sebagai upaya peningkatan pengetahuan gizi sebagai upaya peningkatan pengetahuan gizi ibu hamil pada program gerakan sayang ibu yang meliputi aspek sikap merawat kehamilan agar tetap sehat, mencukupi kebutuhan gizi ibu dan bayi, mengkonsumsi makanan, mengkonsumsi makanan untuk mengurangi rasa mual, menambah wawasan tentang penyediaan makanan, memelihara kesehatan, menerima penyuluhan tentang gizi, mengkonsumsi makanan bergizi.
3. Bagaimana manfaat penyuluhan gizi sebagai upaya peningkatan pengetahuan gizi sebagai upaya peningkatan pengetahuan gizi ibu hamil pada program gerakan sayang ibu mengenai aspek psikomotor ibu dalam persiapan pengolahan, proses mengolah bahan makanan, menyajikan menu makan pagi, memvariasikan ragam pengolahan, upaya menghindari agar bayi tidak terlampau besar, memvariasikan pengolahan bahan makanan yang terdapat dipekarangan rumah.

## **F. Metode Penelitian**

### **1. Populasi**

Sesuai dengan judul yang diteliti, maka penulis menentukan populasi yang akan diambil yaitu ibu hamil yang ada di Desa Lebakjaya Kecamatan Karangpawitan Kabupaten. Garut.

### **2. Sampel**

Adapun sampel yang akan diambil peneliti dalam penelitian menggunakan sampel total yang jumlahnya 30 orang.

### **3. Metode Penelitian**

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan metode deskriptif. Penggunaan metode deskriptif diperlukan untuk menggambarkan data yang ada pada masa sekarang, seperti yang dikemukakan oleh Surakhmad (1998:40). Ciri-ciri metode deskriptif:

- a. Memusatkan diri pada pemecahan masalah yang ada pada masa sekarang, pada masalah yang aktual.
- b. Data yang dikumpulkan mula-mula disusun, dijelaskan dan dianalisa (karena itu metode ini sering disebut metode analitik).

#### **G. Lokasi Penelitian**

Lokasi yang dipilih untuk pelaksanaan penelitian ini adalah Desa Lebakjaya Kecamatan. Karangpawitan Kabupaten. Garut. Desa Lebakjaya merupakan Desa yang penduduknya paling padat terdiri dari 17 Rw.